INR02133TIV

MICHAEL PUETT CHRISTINE GROSS-LOH

Calea

SECRETELE CELOR MAI MARI FILOSOFI CHINEZI PENTRU O VIAŢĂ MAI BUNĂ

CONFUCIÜS MENCIUS
LAOZI ZHUANGZI XUNZ
IMICHAEL PUETT CHRISTINE GROSS-LOH

INR02133TIV

Calea

SECRETELE CELOR MAI MARI FILOSOFI CHINEZI PENTRU O VIAŢĂ MAI BUNĂ

CONFUCIÜS MENCIUS

LAOZI ZHUANGZI XUNZ

IINTH02U3TIV

MICHAEL PUETT CHRISTINE GROSS-LOH

Calea

SECRETELE CELOR MAI MARI FILOSOFI CHINEZI PENTRU O VIAŢA MAI BUNA

INR02133TIV

CONFUCIUS MENCILJS

LAOZI ZHUANGZI XIJNZ

1Cuprins

Cuvânt înainte
Prefaţă
1. Epoca autosuficienţei
2. Epoca filosofiei
3. Despre relaţii. Confucius şi ritualurile „ca-şi-cum”
4. Despre decizii. Mencius şi lumea schimbătoare
5. Despre influenţă. Lao Zi şi generarea lumilor
6. Despre vitalitate. Educaţia interioară şi a fi ca un spirit
7. Despre spontaneitate. Zhuangzi şi o lume a transformărilor 8. Despre natura umană. Xunzi şi aplicarea unui tipar asupra lumii
9. Era posibilităţilor
Mulţumiri
Resurse Si lecturi suplimentar

INH0M33TIV

SPIFUTUALITATE

Evoluţia începe de la cunoaşterea de sine. Prin lectură, pornim într-o călătorie înspre sine, pentru ca apoi să găsim starea de

împăcare şi echilibrul interior, introspectiv îşi propune $ă ofere cititorului cărţi-reper din domeniile spiritualităţii, psihologiei şi dezvoltării personale

.Michael Puett este profesor de istorie chineză la Harvard şi a ţinut numeroase prelegeri la cele mai importante universităţi ale lumii. Cursul său de filosofie chineză este printre cele mai populare de la Harvard. A mai publicat: The Ambivalence of Creation: Debates Concerning Innovation and Artifice în Early China (2002), To Become a God: Cosmology, Sacrifice, and Self-Divinization în Early China (2004), Ritual and its Consequences: An Essay on the Limits of Sincerity (coautor, 2008). Drepturile de publicare pentru Calea au fost vândute în 25 de ţări.

Christine Gross-Loh a scris pentru publicaţiile Wall Street Journal, Atlantic Şi Huffington Post. Are un doctorat în istoria Asiei de Est, obţinut la Harvard, Şi este autoarea lucrării Parenting Without Borders (2014)

INR02133TIV

.MICHAEL PUETT CHRISTINE GROSS-LOH

Calea

SECRETELE CELOR MAI MARI FILOSOFI CHINEZI PENTRU O VIAŢĂ MAI BUNĂ

Traducere din limba engleză de IRINA BRATEŞ

LITERA

Bucureşti **202**

o*The Path*

A New Way to Think About Everything Michael

Puett Christine Gross-Loh

Copyright © 2016 Michael Puett şi Christine

Gross-Loh Toate drepturile rezervate

Introspectiv este o divizie a Grupului Editorial

Litera O P. 53; C P. 212, sector 4, Bucureşti,

România tel. 021 319 6390; 031 425 1619;

0752 548 372 e-mail: comenzi@litera.ro

Ne puteţi vizita pe www.litera.ro

Calea
Secretele celor mai mari filosofi chinezi pentru o viaţă mai bună Michael Puett Christine Gross-Loh

INR02133TIV

Copyright © 2018 Grup Media Litera pentru versiunea în limba română Toate drepturile rezervate

Editor: Vidraşcu şi fiii Redactori: Mihaela Şerea, Carmen Ştefania Neacşu Corector: Andrada Nistor Copertă: Flori Zahiu

Tehnoredactare şi prepress: Ana Vârtosu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României Puett, Michael Calea. Secretele celor mai mari filosofi chinezi pentru o viaţă mai bună / Michael Puett. Christine Gross-Loh; trad. din lb. engleză de Irina Brateş - Bucureşti: Litera, 201
8isbn 978-606-33-2873-2
isbn EPUB 978-606-33-6288-0
I. Brates, Irina (trad.)
159.

9Lui JD, Susan, David, Mary, Brannon, Connor Si Meg

-MP

Lui Benjamin, Daniel, Mia Si Annabel -CG

LNu Calea este cea care le aduce oamenilor
ceva în plus; oamenii sunt cei
care aduc ceva în plus Căii.
Confucius, Analecte

Cuvânt înainte

Christine Gross-Loh

într-o dimineaţă rece şi însorită din toamna anului 2013, participam la un curs despre filosofía chineză, la Universitatea Harvard. Mă aflam acolo ca să scriu un articol pentru The Atlantic despre motivul pentru care un curs universitar pe o temă ezoterică ajunsese al treilea ca popularitate în campus, după alegerile predictibile reprezentate de cursurile despre bazele economiei şi informatică. Profesorul Michael Puett, un bărbat înalt, energic, de peste patruzeci de ani, stătea pe scena de la Teatrul Sanders vorbind animat unui public de peste şapte sute de studenţi. îşi ţinea prelegerile captivante fără să recurgă la notiţe sau slide-uri - cincizeci de minute de discurs liber, de fiecare dată. Studenţilor nu li se dă niciodată nimic de citit, cu excepţia cuvintelor traduse ale filosofilor înşişi: Analectele lui Confucius, Dao de jing, scrierile lui Mencius. Nu se presupune că ar avea cunoştinţe prealabile despre istoria sau filosofía chineză şi nici vreun interes deosebit în acest sens; trebuie doar să fie deschişi şi dispuşi să aprofundeze aceste texte antice. Cursul este celebru pentru promisiunea îndrăzneaţă pe care o face profesorul în fiecare an, în prima zi de curs: „Dacă luaţi în serios aceste texte, vă vor schimba viaţa”.
Terminasem un doctorat în istoria Asiei Orientale la Harvard şi, când eram doctorand, le predam studenţilor filosofie chineză. Acest material nu era nou pentru mine. Dar ascultându-l pe Michael în acea zi şi în săptămânile care au urmat, l-am văzut aducând

la viaţă aceste idei într-un mod pe care nu-l mai întâlnisem până atunci. Le cerea studenţilor nu numai să prindă sensul ideilor acelor gânditori, ci şi să permită ideilor să pună sub semnul întrebării unele dintre prezumţiile lor fundamentale în legătură cu ei înşişi şi cu lumea în care trăiesc.

Michael vorbeşte despre filosofia chineză şi la alte universităţi şi organizaţii din întreaga lume. După fiecare prelegere, oamenii vin în mod invariabil la el, dornici să afle în ce mod aceste idei se pot aplica propriilor vieţi: relaţiilor, carierelor, problemelor familiale. îşi dau seama că aceste principii prezintă o perspectivă nouă asupra a ceea ce înseamnă să trăieşti o viaţă bună şi plină de sens, o perspectivă care este opusă multor lucruri pe care înainte le considerau adevărate.

Este o perspectivă care i-a influenţat pe mulţi în bine. Studenţii lui Michael mi-au împărtăşit întâmplări despre felul în care le-au transformat aceste idei viaţa. Unii mi-au spus că şi-au schimbat modul în care priveau relaţiile, pentru că acum înţeleg că şi cele mai mici acţiuni se repercutează asupra lor şi a tuturor celor din jur. Aşa cum explica unul dintre studenţi, „profesorul Puett a deschis o uşă către un mod diferit de interacţiune cu lumea din jurul meu, de gestionare a propriilor sentimente, de stabilire în raport cu mine şi cu ceilalţi a unei stări de calm pe care nu o mai simţisem”.

Aceşti tineri de succes, cu mari şanse de a deveni cândva lideri în indiferent ce carieră ar alege, mi-au spus că ideile acestea le-au schimbat modul de abordare a unor decizii de viaţă majore şi a propriei traiectorii. Indiferent dacă hotărau să lucreze în finanţe sau antropologie, drept sau medicină, aceste idei le

furnizau diverse instrumente şi o perspectivă asupra lumii diferită de cele cu care fuseseră crescuţi, deschizând o fereastră nouă către scopul vieţii şi posibilităţile ei infinite. Un student mi-a spus: „E foarte uşor să aderi la ideea că lucrezi pentru a atinge un obiectiv final şi că urci o scară către înfăptuirea unui vis - fie că este vorba despre o anumită poziţie sau despre un anumit loc în viaţă. Dar acest mesaj este cu adevărat puternic: anume că trăindu-ţi viaţa altfel, te poţi deschide către posibilităţi despre care nici măcar nu credeai că există”.
Şi nu numai textele filosofice îi modelează pe aceşti studenţi. Michael însuşi este un model. Este cunoscut pentru bunătate, modestie şi implicarea în a-i ajuta pe studenţi să înflorească, însuşiri care provin direct din deceniile de imersiune în gândirea chineză. „El întruchipează total aceste învăţături”, a spus un student.
Ce anume din aceste filosofii produce un astfel de impact asupra celor care le studiază? Nici una dintre aceste idei nu are legătură cu „acceptarea de sine”, „cu faptul de a te regăsi pe tine însuţi” sau cu urmarea unui set de instrucţiuni pentru atingerea unui obiectiv clar. De fapt, sunt exact opusul acestui fel de gândire. Nu sunt nici specifice, nici prescriptive, nici măreţe. Mai curând, se referă la schimbarea totală, în moduri imprevizibile şi inimaginabile. Un student a explicat cât de eliberator este să recunoşti că lucrurile pe care le considerăm adânc înrădăcinate şi implicite în realitate nu sunt astfel: „Poţi adopta obiceiuri noi şi schimba literalmente modul în care priveşti lumea, în care reacţionezi la aceasta şi interacţionezi cu alte persoane. Am învăţat că poţi mânui acea putere a obişnuinţei, sau «ritualul», pentru a realiza lucruri pe care nu

le-ai crezut niciodată posibile, dat fiind cine credeai tu că eşti”.
Mult timp am privit gândirea chineză prin lentile greşite, având tendinţa de a o vedea ca fiind inextricabil legată de o lume „tradiţională” şi, prin urmare, considerând-o irelevantă pentru vieţile noastre contemporane. Dar, după cum pot confirma aceşti studenţi, învăţăturile filosofilor antici chinezi ne obligă să punem sub semnul întrebării multe dintre convingerile pe care le luăm ca sigure. Ideile lor despre felul în care abordăm, ca oameni, lumea - cum ne raportăm la alţii, cum luăm decizii, cum facem faţă urcuşurilor şi coborâşurilor vieţii, cum încercăm să-i influenţăm pe ceilalţi, cum alegem să ne ducem viaţa - sunt la fel de relevante astăzi cum erau acum două mii de ani. De fapt, sunt mai relevante ca oricând. Michael şi cu mine ne-am dat seama că aceste idei au ceva să ne comunice, nouă, tuturor, şi astfel s-a născut această carte. în paginile care urmează, vom arăta în ce mod învăţăturile acestor filosofi chinezi pot oferi posibilităţi de a ne schimba modul în care ne gândim la noi şi la viitorul nostru.

Prefaţă

Confucius, Mencius, Lao Zi, Zhuangzi, Xunzi - unii dintre aceşti gânditori vă pot fi cunoscuţi; de alţii probabil că nici nu aţi auzit. Unul a fost un funcţionar transformat în învăţător, care şi-a petrecut viaţa instruind un mic grup de discipoli. Un altul a cutreierat din regiune în regiune, oferindu-le consiliere conducătorilor locali. Iar un altul a fost considerat mai târziu ca fiind zeu. Vieţile şi scrierile lor ne par acum obscure, foarte îndepărtate de vieţile noastre moderne.
Până la urmă, ce ar putea filosofii chinezi, care au trăit în urmă cu peste două mii de ani, să ne

înveţe despre arta de a trăi? Probabil că îi consideraţi - asta în cazul în care vă gândiţi vreodată la ei - ca fiind nişte înţelepţi placizi, care debitează banalităţi inofensive despre armonie şi natură. Astăzi însă noi ducem vieţi dinamice, libere şi moderne. Valorile noastre, obiceiurile, tehnologia şi judecăţile culturale sunt complet diferite de ale lor.

Ce-ar fi dacă v-am spune că fiecare dintre aceşti gânditori oferă o perspectivă profund paradoxală asupra modului în care să devenim oameni mai buni şi să creăm o lume mai bună? Ce-ar fi dacă v-am spune că, în cazul în care le luaţi în serios, ideile care se găsesc în aceste texte extraordinare din China clasică au potenţialul de a transforma modul în care trăiţi? Aceasta este tema centrală a cărţii: faptul că învăţăturile filosofilor antici chinezi, care veneau ca răspuns la probleme foarte asemănătoare cu ale noastre, oferă perspective noi şi radicale asupra modului în care să trăim o viaţă bună.

Cei mai mulţi dintre noi consideră că fac ceea ce trebuie atunci când privesc înăuntrul lor, se regăsesc şi stabilesc cum ar trebui să devină viaţa lor. Ne imaginăm ce fel de carieră s-ar potrivi cel mai bine personalităţii şi înclinaţiilor noastre. Ne gândim ce fel de persoană ar fi perechea potrivită pentru noi. Şi credem că dacă găsim aceste lucruri - adevăratul nostru sine, cariera
care ne e hărăzită şi sufletul-pereche - viaţa ne va fi împlinită: ne vom hrăni adevăratul sine şi vom pune în practică un plan pentru fericire, prosperitate şi satisfacţie personală.

Fie că ne dăm seama, fie că nu, această viziune despre modul în care să ne construim o viaţă bună îşi are rădăcinile în istorie, mai precis în ideile calviniste ale secolului al XVI-lea despre

predestinare, un „ales” şi un Dumnezeu care a creat un plan pe care fiecare dintre noi trebuie să-l ducă la îndeplinire. Calviniştii respingeau urmarea unui ritual, pe care îl considerau ceva repetitiv şi gol, în schimb puneau accent pe credinţa sinceră în această zeitate superioară. Astăzi nu mai gândim în termeni de predestinare, „ales” sau chiar - unii dintre noi - Dumnezeu. Dar mare parte a modului occidental de gândire actual este o moştenire a acestor puncte de vedere protestante timpurii. Mulţi dintre noi sunt de părere acum că fiecare ar trebui să fie un individ unic care se cunoaşte pe sine. Considerăm că trebuie să fim autentici, loiali unui adevăr pe care acum avem tendinţa să-l situăm nu într-o zeitate superioară, ci înăuntrul nostru. Năzuim să ne ridicăm la nivelul pe care ne stă în putere să-l atingem. Dar dacă aceste idei despre care credem că ne îmbunătăţesc viaţa ne limitează, de fapt? Adesea, asociem filosofía cu ideile abstracte, de cele mai multe ori inutile, însă calitatea gânditorilor din această carte rezidă în faptul că adesea şi-au ilustrat învăţăturile prin aspecte concrete, obişnuite ale vieţii de fiecare zi. Au considerat că tocmai la acest nivel de zi cu zi se întâmplă marea schimbare şi începe o viaţă împlinită.

Pe măsură ce explorăm scrierile acestor gânditori, sperăm că le veţi permite să vă pună sub semnul întrebării unele dintre noţiunile cele mai dragi vouă. Unele dintre ideile lor pot fi înţelese intuitiv; altele nu. Nu ne aşteptăm neapărat să fiţi de acord cu tot ceea ce citiţi. însă simplul fapt de a veni în contact cu idei atât de diferite de ale noastre ne permite să recunoaştem că ipotezele noastre referitoare la un mod bun de a ne trăi viaţa sunt doar o

parte din multe altele. Şi, în momentul în care ne-am dat seama de acest lucru, nu ne mai putem întoarce neschimbaţi la vechea noastră viaţă

.Epoca autosuficienţei

O anumită viziune asupra istoriei a devenit credinţă general acceptată. Până în secolul al XlX-lea, oamenii trăiau în ceea ce numim „societăţi tradiţionale". în acest fel de societăţi, li se spunea întotdeauna ce să facă. Se năşteau într-o structură socială preexistentă care le determina viaţa: se năşteau ţărani, rămâneau ţărani; se năşteau aristocraţi, rămâneau aristocraţi. Familia în care se năşteau determina câţi bani şi ce putere aveau, şi, astfel, traiectoria vieţii lor se stabilea din ziua naşterii.

Povestea continuă: în Europa secolului al XlX-lea, oamenii s-au desprins în cele din urmă de aceste limitări. Pentru prima dată, ne-am dat seama că suntem cu toţii indivizi care pot gândi raţional. Putem lua decizii în ceea ce ne priveşte şi putem prelua controlul asupra vieţii noastre. în calitate de fiinţe raţionale, putem crea o lume de oportunităţi fără precedent. Odată cu această înţelegere, spune povestea, s-a născut lumea modernă.

Dar dacă unii dintre noi au reuşit să se desprindă, alte culturi au rămas în urmă - sau, cel puţin, aşa credem. Pentru mulţi dintre noi, China clasică reprezintă societatea tradiţională prin definiţie, cea în care oamenilor li se cerea să respecte roluri sociale definite rigid, pentru a trăi într-o lume stratificată, ordonată.

Prin urmare, lumea aceasta trebuie să fie o lume care nu are nimic să ne înveţe.
Sigur, uneori aceste societăţi tradiţionale, în general, şi cea a Chinei, în particular, au fost idealizate: Astăzi suntem înstrăinaţi unii de alţii, dar cei din lumea tradiţională se vedeau trăind în armonie cu cosmosul. Ne-am desprins de lumea naturală şi încercăm să o controlăm şi să o dominăm, dar oamenii din lumea tradiţională au încercat să trăiască în conformitate cu tiparele naturii.
Această perspectivă sentimentală asupra unei lumi tradiţionale nu are nici ea nimic să ne înveţe. Nu face decât să transforme aceste aşa-numite societăţi tradiţionale în ceva de genul obiectelor nostalgice. Putem să ne ducem la un muzeu, să vedem o mumie egipteană şi să ne gândim: Ce interesant. Un artefact din China antică? Cât de pitoresc. Fascinant de privit, dar nu ne-am dori să ne întoarcem în vremurile acelea, în lumea pe care o reprezintă ele. Nu ne-am dori să trăim acolo sau să învăţăm ceva de la aceste lumi tradiţionale, pentru că nu erau moderne. Noi suntem cei care au înţeles cum stau lucrurile, nu ei.
Dar, aşa cum veţi afla, multe dintre stereotipurile noastre despre aceste societăţi „tradiţionale” sunt greşite. Şi avem multe de învăţat de la trecut.
Pericolul pe care îl presupune viziunea noastră asupra istoriei nu constă numai în aceea că ne-a făcut să dăm în lături o mare parte a existenţei umane ca fiind irelevantă, ci şi în faptul că ne închipuim că ideile predominante de azi sunt singurele care îi încurajează pe oameni să-şi decidă propria viaţă; prin urmare, ideile de azi sunt singurele corecte.
însă, se fapt, a existat o paletă largă de perspective privind felul în care oamenii pot să-

şi faurească singuri viaţa. în momentul în care ne dăm seama de acest lucru, putem vedea „modernitatea” drept ceea ce este de fapt: o perspectivă printre multe altele, construită din realitatea unui loc şi a unui moment specific. O întreagă lume a gândirii devine astfel disponibilă pentru noi - o lume care pune sub semnul întrebării unele dintre miturile cele mai dragi nouă.

Mit: Trăim într-o epocă de libertate cum nu a mai existat până acum

Majoritatea ne considerăm esenţialmente liberi, cum nu au fost strămoşii noştri. După ce noi, cei din Occident, ne-am desprins de lumea tradiţională în secolul al XlX-lea, am dobândit în cele din urmă capacitatea de a decide singuri cum să ne organizăm lumea. Timp de două secole, ne-am luptat cu diferite ideologii contradictorii: socialism, fascism, comunism şi capitalism democratic. Şi, după ce aproape toate aceste idei au fost în mare măsură discreditate, am ajuns în cele din urmă la „sfârşitul istoriei”. După căderea Zidului Berlinului în 1989, se părea că neoliberalismul se dovedise a fi singurul mod corect de organizare a lumii - cel care cu adevărat le dă posibilitatea oamenilor să se dezvolte şi să prospere.

Dar cum să interpretăm atunci nefericirea, narcisismul şi anxietatea din ce în ce mai pronunţate din lumea dezvoltată? Ni se spune că munca susţinută aduce succesul, şi totuşi prăpastia dintre bogaţi şi săraci s-a lărgit dramatic, iar mobilitatea socială este în declin. Vieţile noastre sunt mijlocite de tot felul de dispozitive fascinante şi impresionante, am obţinut progrese medicale fără precedent, şi totuşi ne confruntăm cu crize de mediu şi umanitare la scară înspăimântătoare. După

câteva decenii, marele nostru optimism a dispărut. Nu ne mai simţim la fel de încrezători ca înainte în modul în care ne-am structurat lumea.
Aşadar, cât de mult am înţeles până la urmă? Oare istoricii vor considera că aceasta a fost o epocă de prosperitate, egalitate, libertate şi fericire? Sau, din contră, vor defini prima parte a secolului XXI ca o fiind o perioadă de autosuficienţă: o vreme în care oamenii erau nefericiţi şi neîmpliniţi; în care aceştia au fost martorii unor crize din ce în ce mai mari, la care n-au reacţionat, considerând că nu există opţiuni viabile?
Textele filosofice chineze descrise în această carte oferă opţiuni pentru această epocă a autosuficienţei. Dar nu reprezintă ideologii coerente care, de exemplu, ar putea înlocui democraţia. Mai curând, sunt noţiuni paradoxale despre sine şi locul sinelui în lume. Şi multe dintre acestea sunt de fapt create în opoziţie cu ideea de a trăi în conformitate cu orice sistem de gândire dominant.
în linii mari, din 600 până în 200 î.Hr., o explozie de mişcări filosofice şi religioase din întreaga Eurasie au dat naştere unei mari varietăţi de viziuni privind dezvoltarea umană. în cursul acestei perioade, care a fost numită epoca axială, multe dintre ideile formulate în Grecia au apărut şi în China, şi viceversa. De fapt, în China, aşa cum vom vedea, au apărut anumite convingeri care erau foarte asemănătoare cu cele obişnuite în Occident astăzi. Dar în China, astfel de vederi au pierdut teren, în timp ce au apărut alte idei, în opoziţie cu ele, aducând argumente pentru o cale foarte diferită către o viaţă bună.
Nici unele dintre ideile pe care le analizăm nu trebuie considerate perspective „chinezeşti”

aflate în opoziţie cu cele „occidentale”, aşa cum nu putem considera nici ideile tradiţionale ca fiind în opoziţie cu cele moderne. Pe măsură ce explorăm aceste concepte, vom vedea că nu numai că oamenii au dezbătut modul de organizare a lumii cu mult timp înaintea erei moderne, ci şi că există opţiuni valide atunci când te gândeşti cum să trăieşti bine.

Mit: Ştim cum să determinăm direcţia pe care o va lua viaţa noastră

În Occident, când vine momentul să ne facem planuri ca să ne asigurăm fericirea şi prosperitatea, ni se spune să ne bazăm pe minţile noastre raţionale, încrezători că putem ajunge la o soluţie făcând calcule atente. Confruntaţi cu nesiguranţa vieţii, ne îmbărbătăm cu convingerea că, depăşind emoţiile şi prejudecăţile şi reducându-ne experienţa la date măsurabile, putem stăpâni ceea ce este aleatoriu şi putem sfida soarta. Gândiţi-vă la cea mai populară abordare pe care o avem în ceea ce priveşte dilemele morale şi etice: inventarea unei situaţii ipotetice reprezentative şi parcurgerea ei în mod raţional. În faimosul experiment cu vagonul de tramvai, ni se spune să ne imaginăm că ne aflăm într-un depou şi ne uităm cum un vagon desprins vine spre noi, pe şine. Ne dăm seama că urmează să lovească cinci persoane aflate mai în faţă, pe şine. însă, dacă acţionăm un comutator, putem devia vagonul pe o altă şină, pe care se află o persoană. Lăsăm vagonul să intre direct în cele cinci persoane sau acţionăm comutatorul pentru a le salva, alegând activ să omorâm singura persoană care se află pe cealaltă linie?

Care este alegerea corectă?

Acest gen de întrebare i-a preocupat pe filosofi şi eticieni întreaga lor viaţă. S-au scris

nenumărate eseuri - chiar şi o carte sau două - despre implicaţiile acesteia. Scenariul ne permite să reducem procesul decizional la un set simplu de date şi o singură alegere. Majoritatea dintre noi consideră că acesta este modul în care se iau deciziile.

Aceste experimente de gândire s-au încercat şi în China clasică. Dar gânditorii noştri chinezi nu au fost la fel de intrigaţi. Este un joc intelectual foarte bun, au stabilit ei, dar poţi juca astfel de jocuri toată ziua şi nu vor avea nici un impact asupra modului în care îţi trăieşti viaţa obişnuită, de fiecare zi. Absolut nici unul.

Felul în care credem că ne trăim viaţa nu este modul în care o trăim efectiv. Felul în care credem că luăm decizii nu este modul în care le luăm efectiv. Chiar dacă te-ai afla într-o zi cu adevărat în acel depou, pe cale să vezi pe cineva ucis de un vagon care vine în viteză spre el, reacţia ta n-ar avea nici o legătură cu calculul raţional. în astfel de situaţii, emoţiile şi instinctele sunt cele care preiau controlul, şi tot ele ne ghidează şi deciziile mai puţin spontane, chiar şi atunci când credem că suntem foarte raţionali şi că gândim la rece: Ce să mănânc la cină? Unde să locuiesc? Cu cine să mă căsătoresc?

Văzând limitările unei astfel de abordări, aceşti filosofi chinezi au pornit în căutarea unor soluţii alternative. Răspunsul, din punctul lor de vedere, se afla în rafinarea instinctelor, educarea emoţiilor şi implicarea într-un proces constant de cultivare de sine, astfel încât în cele din urmă - atât în momentele cruciale, cât şi în cele obişnuite - să reacţionăm corect şi etic în fiecare situaţie particulară. Procedând astfel, vom obţine reacţii pozitive de la cei din jurul nostru. Aceşti gânditori considerau că

astfel fiecare întâlnire şi experienţă oferă şansa de a crea în mod activ o lume nouă, mai bună.

Mit: Adevărul a ceea ce suntem se află înăuntrul nostru

Căderea vechilor instituţii religioase aristocratice i-a lăsat pe cei din epoca axială în căutarea unor surse noi de adevăr şi sens. În mod similar, noi, în epoca noastră, simţim că ne-am eliberat de modurile vechi şi limitative de gândire şi căutăm surse noi care să ne ofere un sens. În măsură din ce în ce mai mare, ni se spune să căutăm acel adevăr superior înăuntrul nostru. Scopul unei persoane realizate este astăzi să se găsească pe sine şi să-şi trăiască viaţa „autentic", conform unui adevăr lăuntric. Pericolul pe care îl presupune acest lucru se află în convingerea că ne vom recunoaşte cu toţii propriul „adevăr" atunci când îl vom vedea şi că apoi ne vom limita viaţa în funcţie de acel adevăr. Cu toată această investiţie în autodefinire, riscăm să ne construim viitorul pe o percepţie foarte îngustă a identităţii noastre - constând din ceea ce vedem ca fiind punctele noastre tari şi punctele slabe, atracţiile şi aversiunile noastre. Mulţi gânditori chinezi ar putea spune că, făcând acest lucru, luăm în considerare o parte foarte mică a ceea ce suntem noi, potenţial. Luăm un număr limitat al stărilor noastre emoţionale în cursul unei anumite perioade şi într-un anumit loc şi le permitem să ne definească pentru totdeauna. Considerând natura umană monolitică, ne limităm instantaneu potenţialul.

Dar mulţi dintre aceşti gânditori chinezi vor spune că nu suntem şi nu trebuie să ne considerăm o fiinţă individuală, unificată. Să spunem că te consideri o persoană temperamentală, care se supără uşor. Gânditorii pe care îi vom întâlni vor fi de părere

că nu trebuie să spui „Asta e, aşa sunt eu” şi să te accepţi aşa cum eşti. După cum vom vedea, poate că nu eşti intrinsec o persoană furioasă. Poate pur şi simplu ai intrat pe anumite fagaşuri - tipare de comportament - cărora le-ai permis să definească identitatea ta. Adevărul este că ai potenţial să fii, de exemplu, blând sau iertător la fel de mult cum ai ca să fii furios. Aceşti filosofi vor insista să recunoaştem că suntem cu toţii entităţi complexe şi că ne schimbăm constant. Fiecare persoană are multe înclinaţii, dorinţe şi moduri de a reacţiona la ceea ce e înjur - diferite şi adesea contradictorii. înclinaţiile emoţionale ni se dezvoltă privind către în
afară, nu către înăuntru. Acestea nu sunt cultivate atunci când te izolezi de lume pentru a medita sau când mergi în vacanţă. Se formează, în practică, prin lucrurile pe care le faci în viaţa de fiecare zi: felurile în care interacţionezi cu alţii şi activităţile pe care le desfaşori. Cu alte cuvinte, nu suntem doar cine suntem: ne putem transforma activ în persoane mai bune, permanent.
Bineînţeles, nu este un lucru simplu. Presupune să ne schimbăm concepţia despre forţa pe care o reprezentăm şi despre felul în care se petrece schimbarea cu adevărat. Şi nici nu este un proces rapid: schimbarea vine şi se instalează gradat, prin perseverenţă. Apare ca urmare a autoinstruirii în vederea lărgirii propriei perspective, astfel încât să percepem încâlceala complicată de factori (relaţiile în care suntem implicaţi, anturajul nostru, serviciul pe care îl avem şi alte situaţii din viaţa noastră) care modelează orice situaţie dată şi transformă încet interacţiunile cu tot ce ne înconjoară. Această perspectivă largă ne dă posibilitatea să

ne comportăm în moduri care aduc treptat schimbarea adevărată.

Deşi ni s-a spus că adevărata libertate vine atunci când descoperim ce suntem în esenţă, acea „descoperire” este exact ceea ce ne-a blocat pe mulţi dintre noi în epoca autosuficienţei. Noi suntem cei care ne stăm în cale.

* * *

Să însemne aceasta că avem nevoie de un plan cu totul nou pentru a şti cum să trăim şi cum să organizăm lumea? Din contră, filosofii pe care îi vom explora şi-au ilustrat adesea ideile prin intermediul unor aspecte comune ale vieţii de fiecare zi, arătând că aici are loc marea schimbare. Urmându-le pilda, am inclus multe exemple cotidiene în această carte, pentru a aduce la viaţă ideile lor. Dar aceşti gânditori nu au intenţionat ca ilustrările oferite de ei să fie luate ca sfaturi prescriptive şi nici noi nu facem acest lucru. Mai curând, ele au scopul de a arăta că deja facem multe dintre aceste lucruri; atât că nu le facem cum trebuie. Pe măsură ce regândim aceste aspecte ale vieţii noastre, vom înţelege cât de practice şi fezabile sunt, realmente, aceste idei.

Titlul acestei cărţi vine de la un concept al filosofilor chinezi numit adesea Dao, sau Calea. Calea nu este un „ideal” armonios pe care trebuie să ne străduim să îl urmăm. Calea este mai curând drumul pe care ni-l făurim permanent prin alegerile, acţiunile şi relaţiile noastre. Creăm Calea de la început în fiecare moment al vieţii noastre.

Nu a existat o viziune unitară a Căii cu care toţi aceşti filosofi să fi fost de acord. Nu numai că ei aduceau

argumente împotriva convenţiilor propriei societăţi, dar fiecare oferea o viziune total diferită asupra modului exact în care ne creăm această cale. Erau totuşi de acord că procesul însuşi de construire a acesteia are un potenţial infinit de a ne transforma pe noi şi lumea în care trăim

.Epoca filosofiei

Intraţi în oricare muzeu important de artă şi veţi întâlni o bogăţie de galerii: Mesopotamia, Egiptul antic, Grecia antică, Imperiul Roman, Europa medievală, Europa modernă. Fiecare galerie este plină de artefacte frumoase, şi când te plimbi prin ele, parcurgându-le în ordine, poţi urmări evoluţia civilizaţiei. Poţi să treci apoi la o altă aripă, dacă vrei, şi să intri în alte săli, care ilustrează alte ţări, ca de exemplu India, China şi Japonia.

Acesta este modul în care învăţăm de regulă despre istoria lumii: civilizaţii separate, care se dezvoltă de sine stătător, în timp.

Acum imaginaţi-vă un alt tip de muzeu, unul organizat exclusiv pe epoci. Te-ai putea plimba de-a lungul unei galerii, de exemplu, şi să vezi o monedă romană de un dinar din argint, o monedă din bronz aparţinând dinastiei chineze Han şi o monedă poansonată aparţinând dinastiei Maurya din India. Ai vedea imediat cum trei civilizaţii majore au trecut prin

schimbări extraordinar de asemănătoare cam în aceeaşi perioadă, în ciuda distanţei imense dintre ele: fiecare a devenit un imperiu şi fiecare avea o economie bazată pe monedă. Sau ai putea intra într-o galerie despre perioada medievală timpurie, câteva secole mai târziu, şi ai vedea obiecte sacre şi vestigii arhitectonice creştine, musulmane şi budiste. Acestea ar scoate pregnant în evidenţă faptul că în acelaşi moment din cursul istoriei s-au răspândit toate religiile majore ale lumii, stabilindu-se de-a lungul reţelelor comerciale care legau China, India şi regiunea mediteraneeană. Aceasta ar prezenta o imagine mai precisă a modului în care s-a desfăşurat această istorie, pentru că Europa şi Asia au fost întotdeauna interconectate.

Mulţi dintre noi cred că globalizarea este un fenomen exclusiv modern - că tehnologia şi zborul cu avionul au deschis o nouă eră, în care societăţi ce erau izolate unele de altele se pot în sfârşit conecta. Dar dacă aşa stau lucrurile, atunci de ce Confucius, Socrate şi Buddha abordau chestiuni filosofice similare în aproximativ aceeaşi perioadă, cu 2 500 de ani în urmă, în ciuda faptului că se aflau în locuri complet diferite, despărţiţi de distanţe atât de mari şi vorbind limbi cu totul deosebite? Ideea este că inovaţiile, tehnologiile şi ideile se mişcă pe tot globul de foarte mult timp. Tensiunea dinamică şi deplasarea în Eurasia au definit o mare parte a istoriei acesteia. Confucius, Socrate şi Buddha răspundeau unor catalizatori sociali foarte asemănători.

Pentru a înţelege de ce a apărut dezbaterea filosofică şi de ce aceşti gânditori s-au concentrat asupra unor aspecte atât de asemănătoare, trebuie să înţelegem cultura

fertilă şi vibrantă în care au trăit şi în care li s-au dezvoltat ideile.
Europenii din secolul al XlX-lea nu au fost primii care au crezut că se desprind de trecut şi creează o epocă complet nouă. Izbucniri similare au apărut în mod repetat pe parcursul întregii istorii a omenirii. Una dintre cele mai semnificative a avut loc pe teritoriul Eurasiei, pe la mijlocul primului mileniu î.Hr.
Printr-o schimbare istorică revoluţionară, societăţile aristocratice din Epoca Bronzului, care au dominat Eurasia timp de două mii de ani, transferând puterea şi bogăţia exclusiv pe linie ereditară, au început să se fărâmiţeze. Pe măsură ce aceste state se prăbuşeau, au apărut noi forme de experimente politice - de la democraţia radicală din Grecia la sistemele administrative centralizate şi sistemele juridice din China. Aceste noi forme de guvernare au susţinut începuturile mobilităţii sociale. Iar în mijlocul imenselor schimbări sociale pe care le-au produs aceste state, instituţiile religioase care fuseseră înglobate în culturile aristocratice anterioare s-au prăbuşit şi ele. Drept urmare, au înflorit mişcări religioase şi filosofice în întreaga Eurasie, în Grecia clasică, aceasta era epoca lui Socrate, Platon şi Aristotel, cât şi cea a pitagoricienilor şi a orficilor. în India, aceasta a dus la apariţia jainismului şi, cel mai important, la sosirea lui Buddha. Iar în China, aceasta a fost epoca lui Confucius, Mencius şi a celorlalte mişcări filosofice şi religioase pe care le vom întâlni pe parcursul acestei cărţi. Toate erau, în linii mari, contemporane. Şi toate reflectează asupra aceloraşi întrebări care apar atunci când ordinea socială se prăbuşeşte: Care este cel mai bun mod de a conduce un stat? Cum pot construi o lume adecvată, în care fiecare să

aibă şansa de a se dezvolta? Cum să-mi trăiesc viaţa? Toţi se străduiau să găsească răspunsuri la probleme foarte asemănătoare cu ale noastre.
Epoca axială a durat până la formarea unor imperii masive în Eurasia, în ultimele secole î.Hr. Ca reacţie la aceste imperii, s-au răspândit o serie de religii salvaţioniste în toată Eurasia, în primele secole ale erei comune: creştinism, maniheism, budism mahayana, daoism şi, ulterior, islam. însă, în decursul câtorva secole, în multe părţi ale Eurasiei şi în special în Europa, această perioadă de experimentare filosofică şi religioasă se va încheia după căderea imperiilor şi revenirea conducerii aristocratice.
Schimbările sociale ale epocii axiale au condus la evoluţii remarcabil de asemănătoare pe o zonă geografică întinsă. Nu există dovezi că Buddha, Confucius şi filosofii greci ar fi ştiut unii de existenţa celorlalţi sau, încă şi mai puţin probabil, unii despre ideile celorlalţi. Şi totuşi, în jurul anului 500 î.Hr., aceste mişcări filosofice majore din locuri diferite ale Eurasiei au fost unificate de convingerea că lumea trebuia să se schimbe.
Pe toată durata Epocii Bronzului, majoritatea oamenilor nu au văzut nici o posibilitate de a schimba traiectoria vieţii lor, dar mobilitatea socială, mai mare acum, planta seminţele ideii că ceea ce era la îndemâna unora putea şi ar fi trebuit să fie disponibil tuturor, nu numai a câtorva.
în acelaşi timp, oamenii se vedeau trăind într-o perioadă de criză culturală masivă. Vremurile erau marcate de războaie neîntrerupte, în special în Grecia, nordul Indiei şi în Câmpia Chinei de Nord - tocmai ariile în care multe dintre principalele mişcări filosofice şi

religioase aveau să apară mai târziu. în aceste regiuni exista sentimentul general că oamenii se rătăciseră şi că abandonaseră regulile de comportament care le dădeau posibilitatea de a trăi în mod civilizat. Poetul grec Hesiod a captat etosul vremii, plângându- se că trăia într-o epocă în care relaţiile se destrămaseră: părinţii şi fiii erau în dezacord, copiii nu aveau grijă de părinţii lor bătrâni, fraţii se luptau între ei, iar oamenii recurgeau uşor la „elogiul violenţei".

în mijlocul acestei crize culturale au început să apară mişcări religioase şi filosofice. Multe dintre acestea presupuneau retragerea din societate şi crearea unor comunităţi alternative, bazate pe respingerea totală a violenţei. Altele se concentrau total asupra transcenderii lumii decăzute de aici, imaginând o lume superioară dincolo.

Mişcările care s-au dezvoltat în Câmpia Chinei de Nord s-au concentrat şi acestea pe crearea unor lumi alternative. Dar, pentru acestea, soluţia nu era să se retragă din societate sau să caute tărâmuri mai înalte, transcendentale, ci să facă schimbări chiar în tiparele vieţii de fiecare zi.

Evoluţii specifice au condus la această focalizare pe ceea ce ţine de această lume. în Câmpia Chinei de Nord, una dintre reacţiile la dezintegrarea societăţilor ereditare din Epoca Bronzului a fost formarea de noi state conduse de literaţi din clasa imediat inferioară aristocraţiei, care aveau să-şi ocupe funcţiile prin merit, şi nu prin naştere. Din ce în ce mai mulţi oameni se străduiau să se educe în speranţa de a câştiga funcţii în cadrul acestor noi sisteme administrative şi de a-şi îmbunătăţi statutul în viaţă. Pe măsură ce deveneau mai educaţi, deveneau profund nemulţumiţi de

lumea în care trăiau şi începeau să reflecteze asupra unei vieţi diferite. Majoritatea noilor mişcări religioase şi filosofice din China din această perioadă erau populate cu figuri din această clasă din ce în ce mai mare de literaţi. Să-l luăm pe Confucius, de exemplu. Acest mare filosof a trăit în timpul declinului ultimei dinastii a Epocii Bronzului, dinastia Zhou. Dinastia reprezenta un clan aristocratic puternic, care pretindea a fi superior altor clanuri importante pentru că era în posesia unui mandat din partea Cerului, în perioada de început a Chinei, Cerul era văzut ca o zeitate care acorda celui mai virtuos neam din vremea respectivă mandatul de a conduce atât timp cât acesta continua să fie moral. Era o epocă foarte asemănătoare cu cea de dinaintea secolului al XlX-lea din Europa, în care marile familii aristocratice conduceau invocând dreptul lor divin.

în cursul vieţii lui Confucius, aceste familii aristocratice conducătoare începuseră să-şi piardă puterea. însăşi dinastia Zhou era în declin, dar şi alte familii erau în aceeaşi situaţie. Nimeni nu putea să iasă în faţă pentru a pretinde noul mandat.

în cursul vidului politic care a urmat, au ieşit în evidenţă figuri precum cea a lui Confucius. Acesta deţinuse câteva posturi oficiale minore, şi, în a doua parte a vieţii, a devenit învăţător şi s-a concentrat asupra unei noi generaţii de oameni care vizau acele funcţii.

Când ne gândim la Confucius astăzi, adesea îl asociem cu o ierarhie socială rigidă, cu roluri stricte în funcţie de gen şi cu un accent conservator asupra comportamentului corect - o impresie bazată în parte pe reinterpretările ulterioare ale acestor învăţături. Dar portretul lui Confucius din Analecte nu este cel al unei persoane care încerca să îi controleze pe

oameni, şi nici al cuiva care ar fi încercat să creeze vreo ideologie coerentă. Din contră, vedem o figură care încerca să creeze lumi în care oamenii să se poată dezvolta. Aceste lumi urmau să fie construite aici şi acum, prin intermediul modului în care interacţionăm cu cei din jur.

Confucius credea că a existat o epocă măreaţă de înflorire a oamenilor la începuturile dinastiei Zhou, cu aproximativ cinci sute de ani înainte de perioada vieţii sale. Vedea această perioadă ca fiind condusă de mai mulţi oameni care se cultivau, deveneau virtuoşi şi, pe scurt, reuşeau să creeze o lume mai bună în jurul lor. A căutat să facă şi el la fel: să creeze o lume în care discipolii săi să poată evolua, cu speranţa ca unii dintre ei să poată fi în măsură să creeze o ordine socială mai largă, în care o mare parte a populaţiei să poată înflori şi ea.

Fiecare dintre filosofii pe care îi întâlnim în această carte este asemănător lui Confucius. Fiecare a apărut din acest creuzet al tranziţiei. Fiecare se opunea societăţii în care trăia şi căuta în mod activ feluri noi şi interesante de a trăi. Fiecare credea cu convingere că toţi oamenii au potenţial de creştere egal.

Iar pregătirea acestor gânditori i-a făcut să fie extrem de practici şi la obiect. Din acest motiv, când îşi puneau întrebări în legătură cu societatea în care trăiau, de obicei nu se concentrau imediat asupra

marilor teme abstracte. în schimb, se întrebau cum a ajuns lumea noastră aşa şi ce putem face pentru a o schimba. Din aceste întrebări practice au apărut descoperiri înălţătoare despre potenţialul fiecărei persoane de a fi importantă şi bună

.Despre relaţii. Confucius Şi ritualurile „ca-Şi- cum”

Dacă v-am spune că doar jucându-te de-a v-aţi-ascunselea cu o fetiţă de patru ani ţi se schimbă dramatic toate relaţiile, am înţelege dacă aţi fi sceptici. Dar cert e că atunci când joci acest joc - când te aşezi pe vine lăsând piciorul să se vadă prin uşa întredeschisă a dulapului, ca să te găsească mai uşor, atunci când râde cu voioşie descoperindu-te şi când repeţi jocul cu fetiţa iar şi iar -, nu doar te implici într-un joc simplu şi vesel. Ci amândoi participaţi la un ritual, adoptând roluri care se deosebesc de cele de fiecare zi - un ritual care vă permite să construiţi o realitate nouă. Poate părea contraintuitiv. Avem tendinţa de a ne gândi la ritual ca fiind un lucru care ne spune ce să facem, nu ca la un lucru care ne transformă. Dar o linie de gândire clasică, începând cu Confucius, a dus la o viziune radical nouă privind ceea ce pot face ritualurile.

INR02133TIV

Confucius, care a trăit din 551 până în 479 î.Hr., a fost primul mare filosof din tradiţia chineză. Imensa şi trainica sa influenţă nu vine din idei măreţe, ci din idei derutant de simple - idei care răstoarnă tot ce gândim în legătură cu modul de a ne cunoaşte pe noi înşine şi cu modul în care să ne înţelegem cu alte persoane. Analizaţi acest fragment din cartea 10 din Analecte, o culegere de conversaţii şi poveşti compilate de discipolii lui Confucius după moartea acestuia:

„El nu se aşeza până când nu-şi îndreptase

covoraşul.” Alta spune aşa:
„El nu preda în timp ce mânca.”
Poate că nu la asta te aşteptai? Pare cumva cam prozaic pentru unul dintre cele mai importante texte ale umanităţii?
Aceste pasaje nu sunt excepţionale. Analectele sunt pline de detalii concrete şi minuţioase despre ceea ce făcea şi spunea Confucius. Aflăm cât de sus îşi ţinea Confucius coatele. Vedem cum se adresa diferitelor persoane când intra într-o încăpere. Aflăm, cu detalii specifice, cum se comporta Confucius la cină.
Poate te întrebi prin ce anume ar putea fi oricare dintre aceste lucruri semnificativ din punct de vedere filosofic. Poate eşti tentat să răsfoieşti cartea şi să cauţi pasaje în care Confucius spune ceva cu adevărat profund. Dar pentru a înţelege prin ce anume sunt Analectele o lucrare filosofică atât de importantă, trebuie să aflăm cum se comporta Confucius la masă. Trebuie să ştim ce făcea el zilnic. Motivul pentru care aceste momente ale fiecărei zile sunt importante este acela că, aşa cum vom vedea, ele reprezintă mijloacele prin care putem deveni fiinţe diferite şi mai bune.

O asemenea atitudine este rară în domeniul filosofiei. Dacă iei aproape orice categorie filosofică sau citeşti o lucrare de filosofie, este probabil ca filosoful să treacă direct la marile întrebări, ca de exemplu: Avem liber arbitru? Care este sensul vieţii? Experienţa este, oare, obiectivă? Ce este moralitatea?

Dar Confucius a ales abordarea opusă în învăţăturile sale. în loc să înceapă cu marile întrebări filosofice, a pus această întrebare fundamentală, neaşteptat de profundă:

Cum îţi trăieşti viaţa de fiecare zi?

Pentru Confucius, totul începea cu această întrebare despre lucrurile cele mai mărunte. Şi, spre deosebire de întrebările mari, complicate, la aceasta putem cu toţii răspunde.

Lumea fragmentată

Adesea, considerăm că oamenii care aparţineau unor culturi tradiţionale credeau într-un fel de cosmos armonios care le dicta cum ar trebui să trăiască şi rolurile sociale pe care ar fi obligaţi să le joace. Este în mod sigur felul în care mulţi occidentali s-au gândit la China. Dar adevărul este că mulţi filosofi chinezi au văzut de fapt lumea într-un mod foarte diferit: ca şi cum ar fi constat din serii nesfârşite de întâlniri fragmentate, dezordonate.

Această perspectivă asupra lumii a apărut din noţiunea conform căreia toate aspectele vieţii omeneşti sunt guvernate de emoţii, inclusiv nesfârşitele interacţiuni umane care au loc. Natura care se iveşte din decret, un text din secolul al IV-lea î.Hr. recent descoperit, spune: *Energiile bucuriei, furiei, mâhnirii şi tristeţii sunt date de natură. Atunci când vine momentul să se manifeste în exterior, acest lucru se petrece pentru că au fost provocate de alţii.*

Toate fiinţele vii au înclinaţii sau tendinţe de a reacţiona în anumite feluri. Aşa cum o floare

are înclinaţia intrinsecă de a se întoarce după soare, iar păsările şi fluturii au înclinaţia de a căuta flori, oamenii au, şi ei, înclinaţii, înclinaţia noastră este să reacţionăm emoţional în raport cu alte persoane.
Adesea, nici nu observăm cât de constant ne sunt trezite emoţiile. Dar sentimentele noastre pendulează înainte şi înapoi, în funcţie de ceea ce întâlnim în cale. Avem o experienţă plăcută şi atunci simţim plăcere; întâlnim ceva înspăimântător şi imediat simţim frică. O relaţie toxică ne face să avem un sentiment de disperare, o discuţie în contradictoriu cu un coleg ne face să devenim furioşi, rivalitatea cu un prieten trezeşte gelozia. Constatăm că trăim anumite emoţii mai des decât altele, iar reacţiile noastre devin apoi obiceiuri care formează tipare.
în asta constă viaţa: un moment după altul, în care oamenii se întâlnesc unii cu alţii, reacţionează într-o infinitate de moduri şi sunt traşi încolo şi încoace din punct de vedere emoţional. Nici unul dintre noi nu poate scăpa de asta, fie că vorbim despre un copil la locul dejoacă sau despre liderul unei naţiuni mari. Fiecare eveniment uman este modelat de lumea experienţelor noastre emoţionale. Dacă viaţa înseamnă oameni care se ciocnesc constant unii de alţii şi reacţionează pasiv, trăim într-o lume fragmentată, în care suntem înghiontiţi de colo-colo la nesfârşit de evenimente disparate. Dar nu sunt motive să deznădăjduim: putem să rafinăm modul în care reacţionăm în cursul acestor întâlniri nesfârşite şi să creăm zone de ordine. Natura care se iveşte din decret susţine că ar trebui să ne străduim să trecem de la o stare în care răspundem doar aleatoriu la circumstanţe în mod emoţional (qing) la o stare

în care să fim capabili să reacţionăm just sau să găsim „moduri mai bune de a reacţiona” (yi): *Numai prin exerciţiu devenim capabili să reacţionăm bine [...] La începutul [vieţii noastre], reacţionăm prin intermediul emoţiilor; la sfârşit, reacţionăm cum se cuvine.* Ca să ajungem să reacţionăm cum se cuvine nu trebuie să ne depăşim sau să ne controlăm emoţiile. Faptul că simţim emoţie este ceea ce ne face umani. Trebuie pur şi simplu să ne cultivăm emoţiile, astfel încât să deprindem modalităţi mai bune de a reacţiona în relaţia cu ceilalţi. Aceste modalităţi mai bune pot ajunge să facă parte din noi. După ce am învăţat să ne rafinăm reacţiile, putem începe să reacţionăm în relaţiile cu ceilalţi în moduri pe care le-am cultivat, în loc să răspundem prin reacţie emoţională mecanică. Realizăm această rafinare prin ritual.

Obiceiuri Şi ritualuri

Majoritatea dintre noi au anumite „ritualuri”. Fie că este vorba despre cafeaua de dimineaţă, despre cinele în familie, ieşirea în serile de vineri a unui cuplu, fie că este vorba despre dusul în cârcă al copiilor la culcare, considerăm aceste momente importante pentru că ele dau continuitate şi sens vieţii noastre şi ne leagă de cei dragi.

Confucius ar fi de acord că toate aceste momente sunt potenţiale ritualuri. Dar în învăţăturile sale a vorbit pe larg despre ceea ce ar trebui să considerăm ca fiind ritualuri şi de ce sunt acestea semnificative.

Să ne gândim la un act simplu, pe care îl facem cu toţii de mai multe ori pe zi:

Te întâlneşti întâmplător cu un prieten. „Bună,

ce mai faci?” „Super! Şi tu?”

INR02133TIV

Acest scurt act te conectează o secundă,

înainte de a merge mai departe. Sau colegul

tău te prezintă cuiva:
„îmi face plăcere să vă cunosc.” Dai mâna cu persoana respectivă, iar apoi vorbiţi despre vreme, despre ce se întâmplă înjur sau despre un eveniment recent.
Sau dai peste un prieten apropiat la magazin. Vă opriţi cu coşurile de cumpărături şi vă îmbrăţişaţi călduros. „Ce-ai mai făcut? Ce fac copiii?” Vorbiţi puţin despre vieţile voastre, purtaţi o conversaţie scurtă şi animată şi promiteţi să vă întâlniţi la o cafea, înainte să vă despărţiţi şi să o ia fiecare în altă direcţie.
Folosim forme de salut diferite, punem alte tipuri de întrebări şi folosim tonuri ale vocii diferite atunci când discutăm cu persoane diferite. De obicei, facem toate aceste lucruri în mod inconştient. Ne adaptăm subtil comportamentul, expresiile, chiar şi cuvintele pe care le folosim, în funcţie de cel sau cea cu care vorbim - un prieten apropiat, o cunoştinţă, cineva pe care tocmai l-am cunoscut, mama, socrul, şeful nostru, antrenorul sau profesoara de pian a copilului. Ne modificăm felul în care vorbim în funcţie de persoana cu care suntem, pentru că am învăţat că acesta este un lucru corect din punct de vedere social. Şi pentru că suntem alături de oameni diferiţi şi în situaţii diferite toată ziua, tot ceea ce facem se schimbă constant.
Bineînţeles, orice filosof ar fi observat că folosim tipuri diferite de saluturi şi utilizăm tonuri diferite ale vocii în circumstanţe diferite. Dar puţini s-ar fi gândit că acest lucru este semnificativ din punct de vedere filosofic.

Prin aceasta este diferit Confucius. El începe prin a observa că dacă ne petrecem vasta majoritate a timpului nostru făcând aceste lucruri, atunci, din punct de vedere filosofic, exact cu aceasta trebuie să începem. Trebuie să ne punem întrebarea de ce facem aceste lucruri. Aceste mici acte sunt obiceiuri - convenţii pe care ne obligă societatea să le facem. Cel puţin unele dintre acestea ar putea fi transformate în ritualuri - un termen pe care Confucius îl defineşte într-un mod nou şi provocator.

* * *

Fiinţele umane sunt fiinţe condiţionate de obiceiuri. Ne obişnuim să facem aceste lucruri simple - să ne dăm de-o parte pentru a face loc unui străin să treacă pe lângă noi, să ne punem cravată când mergem la un interviu pentru angajare - şi le facem în mod inconştient. Chiar şi atunci când nu suntem conştienţi de ceea ce facem, există un efect bun. Dacă ne simţim puţin deprimaţi şi ne oprim un moment ca să salutăm pe cineva, acest lucru poate întrerupe un ciclu de emoţii negative. Dacă salutăm pe cineva cu care am avut un conflict, putem împărtăşi o altă latură a noastră, una mai politicoasă, şi, pentru moment, întrerupem tiparul dezacordului. în cursul acelor scurte momente, trăim relaţii diferite cu cei din jurul nostru.

Dar când trecem prin viaţă efectuând majoritatea convenţiilor în mod mecanic, acestea îşi pierd puterea de a deveni ritualuri care să ne poată schimba în mod profund. Nu ne vor putea ajuta prea mult să devenim oameni mai buni.

Pentru a ne ajuta să ne schimbăm, trebuie să devenim conştienţi de faptul că întreruperea tiparului nostru obişnuit de a acţiona este ceea ce face posibilă dezvoltarea diferitelor noastre

laturi. Ritualurile - în sensul confucianist - sunt transformatoare pentru că ne permit să devenim, pentru o clipă, altcineva. Ele creează o realitate alternativă momentană, care ne întoarce la viaţa obişnuită uşor schimbaţi. Pentru câteva clipe, trăim într-o lume „ca-şi-cum".

Lumea „ca-Şi-cum"

în epoca de început a Chinei, fiinţele umane erau considerate ca o masă de elemente contradictorii - emoţii conflictuale, energii turbulente, spirite haotice - asupra cărora indivizii lucrau în cursul vieţii lor pentru a le rafina. Dar, în momentul morţii, cele mai periculoase energii ale unei persoane - toată furia şi toate resentimentele cauzate de faptul că ea pleacă, în timp ce persoanele dragi ei continuă să trăiască - sunt eliberate şi îi bântuie pe cei vii. Astfel, se credea că lumea era plină de spiritele celor morţi, care-i priveau cu gelozie pe cei care le supravieţuiau. Moartea scotea, de asemenea, la suprafaţă ce este mai rău în cei vii: o tristeţe copleşitoare, confuzie, o furie inexplicabilă.

Pentru a combate toate aceste energii negative, necontrolate, oamenii au creat ritualuri, dintre care cel mai important era venerarea strămoşilor. Scopul era ca strigoii periculoşi să fie transformaţi în strămoşi binevoitori. Carnea unui animal, cel mai des a unui porc, era aşezată în vase ritualice
din bronz şi gătită la foc deschis, în faţa familiei, într-un templu. Familia chema spiritele să se hrănească cu aburul bogat care se ridica din carne. Cu aceste ofrande, cei vii sperau să umanizeze spiritele, să le aducă înapoi în familie şi să le convingă să-şi asume rolul de strămoş binevoitor, care să vegheze asupra lor.

INR02133TIV

După încheierea ritualului, uneori strămoşul redevenea o stafie furioasă care îi bântuia pe cei vii, iar ritualul trebuia să fie repetat.
în Analecte, Confucius este întrebat despre venerarea strămoşilor. El răspunde că ritualul este absolut necesar, dar că nu contează dacă spiritele participă sau nu: „Aducem sacrificii pentru ei", a spus, „ca şi cum ar fi acolo". Ceea ce contează este să participi la ritual plenar: „Dacă nu particip la sacrificiu, este ca şi cum nu am adus nici un sacrificiu".
Dar dacă strigoii nici măcar nu sunt neapărat acolo, de ce să facem ritualul ca şi cum ar fi? în viaţă, relaţiile dintre cei decedaţi şi cei rămaşi în viaţă au fost imperfecte şi tensionate, aşa cum sunt relaţiile dintre oameni în viaţa reală. Un tată ar fi putut fi sever, neiubitor şi temperamental; fiul său e posibil să fi fost ostil şi rebel. Aceste tensiuni nerezolvate îi bântuie pe cei vii cu atât mai dureros cu cât tatăl moare şi a dispărut orice posibilitate de reconciliere. Dacă este derulat corespunzător, ritualul ne deplasează din această lume agitată a relaţiilor umane şi creează un spaţiu - un spaţiu ritualic - în care se pot plăsmui relaţii ideale. în cadrul acestui spaţiu, este ca şi cum strigoii care ne bântuie ar fi strămoşi buni, plini de bunăvoinţă faţă de cei vii. Cei vii se comportă ca şi cum ar fi descendenţi buni şi cuviincioşi ai strămoşilor. Furia, geloziile şi resentimentele care au existat între cei vii şi cei morţi se transformă într-o relaţie cu mult mai bună.
Pentru Confucius, ritualul era esenţial datorită a ceea ce producea în oamenii care îl executau. Să te întrebi dacă aceste acte ritualice chiar îi influenţau pe morţi sau nu era total greşit, pentru că nu aici era esenţialul. Membrii familiei trebuiau să aducă sacrificii pentru că,

acţionând ca şi cum strămoşii erau acolo, provocau o schimbare în interiorul lor. Ritualul schimba şi sentimentele celor vii unul faţă de celălalt. Moartea aduce întotdeauna schimbări în relaţiile dintre cei rămaşi în urmă. O veche rivalitate adormită din copilărie între doi fraţi izbucneşte din nou; un fiu rebel devine dintr-odată capul familiei, trezind nelinişte în rândul celorlalţi, în cadrul ritualului însă, toţi îşi joacă noile roluri familiale ca şi cum nu ar exista nici o discordie.

Puterea ritualului consta în cât de diferit era de lumea reală. Gândiţi-vă la o variantă de ritual în care trei generaţii şi-ar schimba rolurile. Un nepot l-ar personifica pe bunicul decedat, în timp ce propriul său tată l-ar personifica pe el. Fiecare descendent în viaţă a fost pus în situaţia de a adopta perspectiva persoanei cu care a avut cele mai mari tensiuni în lumea exterioară.

Aceasta era în mod clar o lume ca-şi-cum: era imposibil ca participanţii să poată confunda rolurile pe care le interpretau cu rolurile pe care şi le-ar putea asuma vreodată în viaţa reală: un tată nu este pregătit pentru a fi fiul fiului său. Dar prin acest ritual, cei vii nu numai că vor construi o relaţie diferită faţă de cel decedat. Cei rămaşi în urmă vor fi şi ei aduşi împreună în cadrul unor relaţii noi.

Bineînţeles, ritualul se încheie întotdeauna. Membrii familiei ies din spaţiul ritualic, şi în acel moment se regăsesc din nou în lumea complexă şi confuză. în timp, pacea fragilă se rupe din nou. Fraţii se ciondănesc, verii se revoltă, tatăl şi fiul au din nou neînţelegeri. Din acest motiv, familiile revin în mod repetat la acest ritual. Pacea fragilă ar putea să se prăbuşească după ce pleacă de la templu, dar treptat, făcând ritualurile iar şi iar şi recreând

aceste legături mai sănătoase, relaţii îmbunătăţite încep să se manifeste între membrii familiei în măsură tot mai mare, în viaţa de zi cu zi.
Ritualul nu impune nimănui cum să se comporte în lumea reală. Lumea perfect ordonată din cadrul ritualului nu ar putea înlocui niciodată lumea ratată a relaţiilor din viaţa reală. El funcţionează pentru că fiecare participant joacă un rol, altul decât cel pe care îl trăieşte în mod normal. Acea „rupere de realitate” este cheia care le permite participanţilor să
înceapă să lucreze asupra relaţiilor lor. Faptul că tatăl se preface a fi propriul său fiu îl ajută să-şi înţeleagă propriul copil şi să devină un tată mai bun şi o persoană mai bună.
Sacrificarea animalelor şi îmbunarea spiritelor pot părea depărtate de viaţa noastră din secolul XXI, dar valoarea ritualurilor rămâne. Şi noi suntem bântuiţi de strigoi: ruda enervantă cu care nu ne înţelegem niciodată; resentimentul de care nu ne putem debarasa; trecutul pe care nu-l putem uita.
Avem tendinţa de a avea reacţii stereotipe, obişnuite. Acestea pot fi convenţii şi obiceiuri sociale pe care le urmăm fără să ne gândim, cum sunt saluturile noastre sau felul în care ţinem uşa deschisă ca să treacă cineva. Sau pot fi rutine pe care nici nu le observăm, ca de exemplu smiorcăitul pe care îl strecurăm în conversaţie atunci când vorbim cu un frate sau o soră la telefon, sau tendinţa de a deveni tăcuţi atunci când suntem abătuţi, în loc să ne exprimăm nevoile în mod clar. Dar facem aceste lucruri tot timpul. Unele tipare sunt bune, altele sunt mai puţin bune. Dacă am rămâne „consecvenţi” şi ne-am comporta în consecinţă, am rămâne blocaţi în

comportamente vechi, neiertând niciodată şi limitându-ne potenţialul de transformare.
Dar ştim deja cum să spargem aceste tipare. Când vizităm familia unui prieten, de exemplu, ca persoane din afară observăm rutinele şi micile acţiuni ale membrilor acelor familii: micul dejun cu clătite de duminică dimineaţa, felul în care se îmbrăţişează şi îşi spun bună-dimineaţa. Aceste ritualuri ne sar în ochi pentru că sunt noutăţi pentru noi. Când le observăm sau chiar participăm la ele, facem acest lucru cu o conştienţă pe care nu o aducem şi în propriile vieţi.
Atunci când călătorim, ruperea rutinei de fiecare zi ne poate permite să ne dezvoltăm noi laturi. Iar când ne întoarcem, simţim efectele persistente ale acelor schimbări.
Atunci de ce nu facem toate aceste lucruri mereu? Poate din cauză că faptul de a construi în mod deliberat momente ritualice în viaţa noastră „reală” ne dă senzaţia de lucru artificial.
Dar momentele ca-şi-cum pot duce la o schimbare extraordinară.
Să revenim la jocul de-a v-aţi-ascunselea cu acea copilă de patru ani, de la începutul acestui capitol. în ce mod poate contribui acesta la consolidarea relaţiei? Jocul este un ritual de tipul ca-şi-cum. Permite o schimbare a rolurilor: copilul, în mod normal atât de vulnerabil, ajunge să se joace de-a omul puternic, care îl întrece pe adult pentru că a putut să-l găsească în ascunzătoare. Adultul ajunge să se joace de-a prostuţul, care nu e în stare nici să-şi găsească o ascunzătoare ca lumea. Bineînţeles, copila ştie că adultul ştie că ea îl poate vedea, dar o parte a ritualului constă în a se purta ca-şi-cum ea ar putea să-l păcălească pe adult.
Această inversare de roluri sparge tiparul lor obişnuit. Copilul ajunge să trăiască un

sentiment de competenţă pe care îl va ţine minte chiar şi după ce jocul s-a terminat. Adultul, de obicei o fiinţă infailibilă (cel puţin în ochii unui copil), s-a prefăcut acum că este failibil şi vulnerabil. Nu devine în realitate un adult năuc, dar inversarea rolurilor îl ajută să-şi dezvolte laturi mai complexe, mai nuanţate, pe care le poate lua cu el în alte situaţii: vulnerabilitate, conectare, lejeritate şi abilitatea de a nu se crampona prea tare de putere.

Pentru cei care participă la joc, esenţial este să fie conştienţi că se prefac; că au intrat împreună într-o realitate alternativă, în care îşi imaginează diferite trăsături ale lor. Dacă pot face acest lucru, atunci nu numai că experienţele cum sunt jocul de-a v-aţi-ascunselea vor ajuta la cultivarea în cazul amândurora a unei relaţii mai vesele şi mai pline de respect, dar aceste momente acumulate vor influenţa genul de persoană în care se transformă fiecare, cu timpul. Aceste ritualuri repetate vor dezvolta aspecte ale fiecăruia dintre ei, care în cele din urmă vor consolida şi alte relaţii din vieţile celor doi.

Ritualuri de tipul ca-ŞI-cum

De ce spunem „te rog” şi „mulţumesc”?

Acum trei secole, societatea europeană şi relaţiile sociale continuau să fie definite de ierarhia ereditară. Dacă un ţăran îi vorbea unui lord, folosea anumiţi termeni deferenţi, iar dacă un aristocrat îi vorbea unui ţăran, acesta avea să folosească, la rândul său, termeni complet diferiţi.

Pe măsură ce au început să se dezvolte pieţele în oraşe, oamenii din diferite clase au început să acţioneze în moduri noi. S-au creat ritualuri în care cumpărătorii şi vânzătorii puteau acţiona ca şi cum ar fi fost egali, deşi erau orice

altceva, numai egali nu. Schimbul de „te rog” şi „mulţumesc” reprezenta un scurt moment în care participanţii puteau trăi o aparenţă de egalitate.
Şi noi efectuăm acest ritual ca-şi-cum. Imaginează-ţi că eşti aşezat la masă, la prânz, şi copilul tău (sau nepotul) spune: „Dă-mi sarea”. Dacă acel copil este foarte mic, înţelegi că nu a învăţat încă amabilităţi sociale, aşa că ai putea zice: „Bine, dar cum spui...?” sau „Care este cuvântul magic?” Se poate să nu răspundă imediat, apoi îl presezi încă o dată: „Cum spui... ?” Şi te tot învârţi în jurul subiectului până când copilul spune „Te rog, dă-mi sarea”. Apoi îi dai sarea şi îl înveţi cum să mulţumească.
De ce facem acest lucru, deşi copilul ne arată clar că i se pare ridicol să fie obligat să treacă prin această şaradă? Aceasta este o ocazie pentru el de a pătrunde într-un ritual în care se va purta ca şi cum ar cere ceva de la un egal. Nu o faci pentru a-l programa să acţioneze într-un anumit fel; îl pregăteşti să înveţe ce înseamnă să ceri unui semen al tău şi ce înseamnă să-ţi exprimi gratitudinea.
Dacă învaţă schimbul ca pe un simplu act mecanic, înseamnă că nu a învăţat bine. Desigur, la început, chiar este un act mecanic, unul dintre multele pe care i se cere să le efectueze ca acte de socializare pe măsură ce creşte. Dar făcând lucrul acesta iar şi iar, începe să înţeleagă de ce. înţelege şi cum să nuanţeze lucrurile. Vede cum reacţionează lumea când spune „te rog” şi „mulţumesc” şi învaţă când este suficient să spună aceste cuvinte şi
când e nevoie şi de alte cuvinte sau de o schimbare de ton sau expresie, pentru a obţine un rezultat mai bun.

INR02133TIV

De fapt, copiii înţeleg intuitiv ritualurile mai bine decât majoritatea adulţilor. îşi dau seama că valoarea ritualului rezidă în faptul că nu este real. Gândiţi-vă la un grup de copii în cursul unui joc imaginar. Unul se preface că este poliţist şi apără un magazin împotriva altora, care au devenit o bandă de răufăcători. Ameninţă cu pistoalele, se ascund în spatele pernelor canapelei şi trag unul în altul, iar şi iar. Copiii nu văd acest joc cu pistoalele ca fiind un act violent, cum ar putea considera un adult. Pentru ei este joacă - separată de lumea reală. Sunt perfect conştienţi că se prefac şi repetă jocul pentru că acest lucru le permite să iasă din propriile vieţi şi să- şi cizeleze diferite trăsături: învaţă cum să-şi gestioneze fricile şi anxietăţile sau să joace rolul de salvator şi erou, totul într-un mediu sigur, inventat de ei. Dacă părinţii ne-au spus despre Moş Crăciun când eram mici, şi acesta a fost un ritual de tip ca-şi-cum. Familiile participă la realitatea că acesta va coborî pe coşul casei cu un sac mare de jucării. în cursul săptămânilor până la Crăciun, copiii scriu scrisori, fac liste şi sunt motivaţi să se comporte cât pot ei de frumos. în Ajunul Crăciunului, copiii pun o tavă cu prăjiturele şi un pahar cu lapte lângă bradul de Crăciun. Adulţii şi copiii mai mari sunt motivaţi să facă tot ce le stă în putinţă pentru ca această ficţiune să continue pentru copilaşi şi să creeze o atmosferă de veselie. Nu contează cu adevărat dacă Moş Crăciun există în realitate sau nu. Ceea ce contează este că li se schimbă comportamentul în bine, şi povestea asta îi aduce mai aproape unii de alţii.
A trăi ca-şi-cum este un lucru pe care l-am făcut cu toţii când eram copii, iar apoi am renunţat, mai mult sau mai puţin, când am crescut şi am considerat că trebuie să ne

comportăm mai autentic. Dar şi noi, adulţii, avem o serie de spaţii ritualice. Gândeşte-te la biroul unui psiholog, unde oamenii merg pentru a vorbi despre problemele lor, în cursul unei perioade prestabilite. Deşi mulţi dintre noi presupun că acest timp este util pentru că dezvăluim treptat omul care suntem, de fapt, dintr-un punct de vedere confucianist cel mai mare beneficiu vine din faptul că am stabilit un spaţiu
ritualic de facto, în care ne asumăm roluri ca-şi-cum pe care nu le putem juca afară. Terapia ne ajută să spargem tiparele care ne domină viaţa şi, prin intermediul interacţiunilor dintre psiholog şi pacient, ne permite să construim modalităţi foarte diferite de a relaţiona unul cu altul.
Dar, în mod inevitabil, recădem în vechile tipare când ieşim din cabinetul psihologului. Aşa că mergem la psiholog săptămânal, uneori ani la rând, şi exersăm întruna spargerea acelor vechi tipare. Prin repetiţie, ne creăm treptat noi modalităţi de interacţiune şi, în cele din urmă, construim un sine diferit şi cu mult mai bun.
Preţuim noţiunea de adevăr, dar de fapt oamenii, în relaţiile intime, construiesc tot timpul realităţi noi cu ajutorul minciunilor nevinovate: „Eşti cel mai tare”, „Nu există nici un motiv de îngrijorare”, „Eşti cel mai bun bucătar din lume”. Una dintre cele mai comune este expresia „Te iubesc”. Cei care au obiceiul de a folosi această formulare în cuplu probabil nu se simt teribil de îndrăgostiţi în fiecare secundă a zilei. în mod aproape sigur au o mulţime de sentimente complicate faţă de partener, din când în când. Dar este mult mai bine să cultive relaţia prin astfel de ritualuri care le permit să se rupă de realitate şi să

pătrundă într-un spaţiu în care este ca şi cum se iubesc necondiţionat şi în fiecare clipă a zilei. în momentul în care îşi exprimă dragostea într-un mod ca-şi-cum, chiar se iubesc. Gândeşte-te la Cartea 10 din Analecte, plină de anecdote despre obiceiurile cotidiene ale lui Confucius. Nu îşi netezea preşul doar pentru că îi plăcea ca lucrurile să arate ordonat. înţelegea faptul că acţiuni aparent minore, cum ar fi aranjarea locului unde aveau să stea persoane alături de el, vor crea un mediu diferit, care ar putea să le influenţeze profund. Echivalentul din ziua de azi al ritualului preşului ar putea fi rutina mesei de seară: când punem masa, poate cu suporturi pentru pahare şi şerveţele, poate chiar cu lumânări aprinse, ieşim din vieţile noastre obişnuite şi creăm o realitate alternativă pentru noi şi pentru cei care sunt alături de noi. Chiar dacă ziua a fost stresantă, plină de conflicte, nu e nevoie să vină cineva şi să declare: „Aşa, a venit momentul să încetăm cu cearta şi să ne relaxăm". Ritualul mesei de seară creează pur şi simplu o ruptură, care îi permite fiecăruia să intre într-o stare diferită.

Dar aceste momente, în care ne implicăm în ritualuri în mod confucianist, sunt excepţii. Limitaţi de angajamentul nostru faţă de autenticitate, rareori ne permitem să acţionăm ca-şi-cum. Ritualul ne dă senzaţia că ne prefacem, ca în joaca unor copii. Cu toate acestea, Confucius ar putea foarte bine să sublinieze cât este de contradictoriu faptul că ne opunem ritualurilor deoarece suntem de părere că acestea ne spun ce ar trebui să facem, însă respectăm, fără să ne dăm seama, atât de multe norme sociale şi convenţii. Când suntem orbi faţă de valoarea unor posibile ritualuri care ne umplu viaţa, sfârşim prin a le

executa mecanic. Noi suntem cei care devenim roboţi.
Unii îşi dau seama de acest pericol. în câteva campusuri universitare, iniţiative ca de exemplu Ask Big Questions* au moderatori care îi învaţă pe studenţi ce postură să adopte, cum să creeze o atmosferă de încredere şi cum să-şi formuleze afirmaţiile astfel încât dezbaterile foarte tensionate (cum ar fi susţinerea păcii în Orientul Mijlociu) să nu se transforme în meciuri cu urlete. Studenţii sunt învăţaţi literalmente ritualurile conversaţiei, aşa „regizate" şi artificiale cum ar putea părea: cum să pui întrebări, cum să te opreşti şi să asculţi, cum să vorbeşti în moduri care să deschidă un spaţiu pentru angajament şi progres, nu unul al defensivei şi rigidităţii. în acest mod, li se oferă mijloace pentru a crea o lume ca-şi-cum, în care se pot elibera de tiparele în care e posibil să fi căzut (ca de exemplu să trânteasca opinii emoţionale, intense), să se poarte civilizat şi să relaţioneze mai bine unii cu alţii.
Ce s-ar întâmpla dacă am lua măsuri pentru a ieşi din faza de automatism în care atât de mulţi dintre noi sunt blocaţi? La fel ca acel copil care învaţă să spună „te rog" şi „mulţumesc", la fel ca studenţii care învaţă cum să adopte o conduită diferită pentru a se deschide către idei noi, am înţelege valoarea acestor realităţi alternative, a trăirii acestei tensiuni dintre modul în care sunt lucrurile şi zona de ordine pe care am creat-o. Ne-am instrui să creăm moduri mai bune de a interacţiona cu alţii în cursul vieţii noastre.
Acesta poate părea un mod surprinzător de a vedea ritualul sau schimbarea, în general. Până la urmă, modelul nostru de ritual se bazează

foarte des pe lucruri cum sunt botezul, nunta, absolvirea unui ciclu şcolar: ceremonii în cadrul cărora trecem de la un lucru (fiinţă păcătoasă, persoană singură, student) la altul (credincios, soţ, absolvent). Există un înainte şi un după, iar prin ritual suntem transformaţi. Confucius oferă o viziune foarte diferită asupra transformării, care se concentrează nu pe evenimentul măreţ, dramatic, ci pe momentele mărunte, repetate. Ca atunci când spui „Te iubesc", aceste momente ca-şi-cum creează momente de conectare pe parcursul întregii zile, care se acumulează încet, dar nu mai puţin dramatic în timp.

Şinele maleabil

înainte de a putea fi transformaţi prin intermediul ritualurilor ca-şi-cum, trebuie să renunţăm la mentalitatea „adevăratului sine". *Fii sincer. Fii autentic. Fii credincios persoanei care eşti. Aceste sloganuri ale epocii moderne ne încurajează să privim în noi. Ne luptăm să descoperim cine suntem, şi apoi îmbrăţişăm ceea ce vedem.*

Pericolul constă în aceea că lucrul pe care îl vom descoperi este doar un instantaneu al persoanei care suntem, într-un anumit moment şi într-un anumit loc. Citim cărţi de dezvoltare personală, medităm, scriem în jurnal, şi apoi ne punem diagnosticul şi eticheta: Sunt un spirit liber. Sunt impulsiv. Sunt un visător. Mă tem de intimitate. Mi-am tot schimbat domiciliul când eram copil, şi acum sunt timid când întâlnesc oameni noi. Experienţa mea cu relaţiile distructive are drept cauză relaţia rece cu tatăl meu. însuşindu-ne aceste tipare, le permitem să se consolideze. Acest proces de etichetare începe în copilărie: acesta este studios; celălalt este temperamental. Aceste etichete ne conduc comportamentul şi deciziile şi devin o profeţie

autoîmplinită. Drept urmare, prea mulţi dintre noi se trezesc într-o bună zi blocaţi în cadrul unei definiţii înguste pe care şi-o aplică. Ceea ce noi, cei din Occident, definim drept şinele adevărat sunt de fapt tipare de reacţii continue faţă de oameni şi lume; tipare care s-au construit în timp. De exemplu, te-ai putea gândi: Pur şi simplu sunt genul de persoană care se enervează repede. Din contră, este mai probabil că ai devenit genul de persoană care este iritată de lucruri minore, din cauza modului în care ai interacţionat cu oamenii ani de zile. Dar aceasta nu este din cauza faptului că eşti, de fapt, o astfel de persoană. Fiind loial „adevăratului sine", ai sfârşit prin a concretiza obiceiuri emoţionale distructive.

Amintiţi-vă de învăţăturile textului Natura care se iveşte din decret: aşa cum lumea în sine este fragmentată, la fel suntem şi noi. în loc să se considerăm fiinţe individuale, unificate, care încearcă să se descopere prin autoanaliză, ne-am putea considera drept matrice complexe de emoţii, înclinaţii, dorinţe şi trăsături, care adesea ne trag în direcţii diferite şi contradictorii. Când procedăm astfel, devenim maleabili. Evităm pericolul de a ne defini ca fiind îngheţaţi într-un moment din timp.

O abordare confucianistă ar consta în a-ţi observa tiparele, şi apoi a lucra activ pentru a le schimba. în timp, spargerea acelor tipare - să spunem, abţinându-te să oftezi când tatăl tău începe una dintre tiradele sale politice (chiar dacă te irită cu adevărat) sau propunându-ţi să mergi la uşă ca s-o saluţi pe soţia ta când vine acasă de la birou (deşi ai prefera să stai lipit de calculator) - va permite diferitelor laturi ale tale să iasă la suprafaţă. în timp, îţi însuşeşti un mod mai constructiv de a acţiona în lume, în loc să fii condus de reacţiile tale emoţionale

nedisciplinate. încetul cu încetul, îţi dezvolţi laturi despre care nici nu ai ştiut că există şi începi să devii o persoană mai bună.

* * *

Atunci când spargem tiparele, reuşim să recunoaştem că şi alte persoane sunt maleabile. Poate ai avut un conflict cu mama ta. Aceasta dezaprobă alegerile tale de viaţă şi face comentarii jignitoare care par să aibă scopul de a te face să te simţi vinovat. S-a ajuns la punctul în care doar gândul de a vorbi cu ea te face să te simţi alienat, şi acum eviţi complet acest lucru. Ştii, pur şi simplu, că veţi avea aceeaşi conversaţie la nesfârşit, şi gândul acesta te duce la disperare.

în majoritatea cazurilor de genul acesta, problema dintre voi doi nu constă în faptul că aveţi personalităţi incompatibile sau că mama ta are tendinţa să te facă să te simţi vinovat. Problema este că modul vostru de comunicare s- a blocat într-un tipar. Suntem blocaţi în rolurile noastre: ea este mama cicălitoare, tu eşti vlăstarul recalcitrant. Nici unul din voi nu se simte bine în această situaţie, dar nu vedeţi nici o ieşire.

Ieşirea înseamnă să recunoaşteţi că aţi căzut pradă unui obicei, dar că îl puteţi schimba. Aminteşte-ţi că mama ta nu este statică sau neschimbătoare. Este o persoană complexă, cu numeroase faţete. Analizează bine ce poţi să faci sau să spui pentru a face să iasă la iveală alte laturi ale mamei tale, şi apoi comportă-te ca şi cum te-ai adresa acelor laturi ale ei. Aşa cum are tendinţa de a te cicăli şi de a insista, are şi dorinţa de a-şi creşte şi educa fiul sau, cel puţin, de a simţi că îşi creşte şi educă fiul. Cum ai putea schimba lucrurile pe care le spui sau tonul vocii pentru a face apel la partea aceea din ea care doreşte să te crească şi să te educe? Făcând acest lucru, o ajuţi să intre în alt

rol: acela al unei mame iubitoare, care vrea să-şi sprijine copilul.
Reacţia ta instinctivă ar putea fi să protestezi: „Dar nu este realist. Nu aşa simt cu adevărat”. De ce ţi-ai schimba propriul comportament doar pentru a scoate la iveală o altă latură a mamei tale şi de ce ai fi generos când ai resentimente? Dar aceasta vine din ideea greşită că ar trebui să răspundem unui sine „esenţial”. Noi ne schimbăm permanent. Vom acţiona conform punctului în care suntem blocaţi sau vom acţiona într-un mod care deschide o constelaţie de posibilităţi.
Nu există un singur sine adevărat pe care să-l descoperim - în noi înşine sau în alţii. Psihologul şi filosoful William James (1842-1910) a scris odată: „Un om are atât de multe identităţi sociale câţi indivizi care îl recunosc există” - un sentiment surprinzător de confucianist. Fiecare dintre noi are infinit de multe roluri care adesea intră în conflict unele cu altele şi nu există nici o normă care să ne poată spune cum să navigăm printre ele. Numai practica ritualurilor ne poate ajuta să învăţăm cum să facem acest lucru. Comportamentele noastre standardizate şi obiceiurile repetate - nu ritualurile - sunt cele care ne dictează în realitate viaţa şi ne împiedică să ţinem la alte persoane. Dar prin intermediul unei vieţi în care facem ritualuri ca-şi-cum menite să spargă aceste tipare, câştigăm abilitatea de a simţi cum să fim buni cu cei din jurul nostru. Aceasta este ceea ce contează. Aceasta este ren, sau un simţ al bunătăţii.

Importanţa bunătăţii

Discipolii lui Confucius îl rugau adesea să definească bunătatea. El îi dădea fiecăruia un răspuns diferit de fiecare dată, în funcţie de

situaţie. Aceasta deoarece bunătatea confucianistă nu este ceva ce poţi defini în mod abstract. Este capacitatea de a răspunde bine în relaţia cu ceilalţi; dezvoltarea unei sensibilităţi care îţi dă posibilitatea să te comporţi în feluri care sunt bune pentru cei din jurul tău şi să scoţi la suprafaţă propriile lor laturi mai bune.

Tot ceea ce facem fie exprimă bunătatea, fie o diminuează. Aţi văzut, probabil, cum se schimbă brusc atmosfera dintr-o încăpere când năvăleşte cineva ca o furtună. Dar este posibil să nu fi observat modul în care te-a afectat încruntarea unui străin când ai trecut pe stradă. Acea încruntare în treacăt îţi poate influenţa subliminal starea de spirit şi poate duce la o cascadă de reacţii. în decursul unei zile, nu eşti singurul care sfârşeşte prin a fi schimbat de acea încruntare minoră, în treacăt. Şi alte persoane pe care le întâlneşti sunt schimbate, pentru că sunt influenţate de tine. Pentru a înţelege cât de mult îi afectăm pe ceilalţi, încearcă să-ţi schimbi puţin comportamentul tipic. Vezi ce se întâmplă atunci când îi arunci o privire duşmănoasă celui mai bun prieten, când îl saluţi exuberant pe directorul taciturn în lift sau când pui rucsacul pe locul care tocmai s-a eliberat lângă tine în metrou, la o oră de vârf. După care încearcă să te porţi diferit: deschide uşa pentru un străin, scrie-i un mesaj unui prieten care are probleme în relaţie, ajut-o cu blândeţe pe bunica ta să treacă peste un petic de gheaţă. Observă cum toate aceste schimbări te afectează pe tine şi pe cei care sunt cu tine. Confucius nu voia să definească bunătatea; voia ca discipolii săi să ştie că trebuie să o simţim în toate aceste situaţii diferite, schimbătoare, ca să putem înţelege ce înseamnă să o exprimi.

Am simţit-o cu toţii şi, odată ce o recunoaştem, o putem dezvolta în continuare.

Exprimarea bunătăţii

Cum ajuţi un prieten care trece printr-o perioadă grea?

Pentru mulţi eticieni, probabil că aceasta nu ar fi o întrebare semnificativă. Ei au tendinţa de a se concentra pe aspecte generale, pe care le putem calcula raţional în moduri mai ample. Adesea aleg exemple, ca experimentul cu vagonul de tramvai menţionat în introducerea noastră, care sunt scoase total din contextul complex al vieţii de fiecare zi - experimente alese astfel încât unicul lor scop să fie rezolvarea unei probleme clar definite prin deliberare raţională. în forma sa cea mai pură, experimentul cu vagonul de tramvai nu lasă loc unor ambiguităţi, ca de exemplu modul în care decizia noastră s-ar schimba dacă una dintre cele cinci persoane ar fi fost mama, să spunem, sau dacă toţi cei cinci ar fi fost copii. Aceşti eticieni ar spune că, dacă laşi astfel de factori să-ţi afecteze decizia, de fapt, nu acţionezi raţional; permiţi emoţiilor să-ţi întunece judecata etică.

Filosoful german Immanuel Kant (1724-1804) gândea astfel. El afirma că oricare ar fi situaţia, trebuie să acţionezi ca şi cum acţiunea ta ar putea deveni lege universală pentru oricine, în orice situaţie.

Pentru a ilustra acest lucru, Kant a propus acest experiment de gândire: să presupunem că un om nevinovat se ascunde în casa ta. Un ucigaş care încearcă să-l omoare bate la uşă şi te întreabă dacă omul e acolo. Ar trebui să minţi, ca să-l salvezi pe omul nevinovat, sau ar trebui să spui adevărul?

Răspunsul celebru al lui Kant a fost că întotdeauna trebuie să spui adevărul, pentru că

obligaţia de a nu minţi este absolută şi nu ar trebui să fie modificată în funcţie de situaţie. Ideea acestui exerciţiu intelectual a fost să se arate că este irelevant contextul concret. Chiar şi într-o situaţie atât de evidentă, în care aproape orice fiinţă omenească ar minţi (aşa cum a confirmat Kant însuşi), tot este greşit să minţi.

Dintr-o perspectivă pur kantiană, o întrebare de genul cum să-ţi ajuţi o prietenă care are probleme nu ar fi niciodată considerată un punct de pornire util pentru reflecţia etică. întrebarea presupune prea multe aspecte confuze: caracterul complex al problemelor prietenei tale, cât este de vulnerabilă ea şi cine o mai sprijină dintre cei din jurul său, felul în care face faţă crizelor de obicei, emoţiile conflictuale ale tuturor celor implicaţi în această situaţie.

Cu toate acestea, pentru Confucius, scenariul prietenei-cu-probleme este exact genul de exemplu care ne determină să ne gândim la comportamentul etic. Nu numai că, în exemplul dat anterior, Confucius ar putea spune că bineînţeles că o să minţi pentru a-l salva pe omul nevinovat, fiindcă trebuie să vezi situaţia în ansamblu, şi nu să te gândeşti la un imperativ moral general, precum imperativul „E greşit să minţi". Probabil el ar considera că deoarece a despuiat situaţia de toate detaliile ei complexe, Kant a făcut ca experimentul său de gândire să fie fundamental inutil.

A încerca formularea de legi abstracte, universale pentru a ne ghida nu este numai irelevant, ci şi periculos. Ne împiedică să învăţăm cum să ne luptăm cu aspectele complexe ale situaţiilor. Obstrucţionează înţelegerea noastră în ceea ce priveşte modul de exprimare a bunătăţii.

Confucius probabil ne-ar reaminti că există un singur lucru pe care-l putem face, şi numai unul singur, pentru a ajuta o prietenă care are probleme: să facem apel la sensibilitatea noastră în situaţia respectivă, pentru a înţelege care sunt adevăratele probleme ale prietenei noastre. Fiecare situaţie este unică şi se schimbă de la un moment la altul; schimbările sunt generate de absolut orice, de la cât de mult a dormit prietena noaptea trecută până la felul în care reacţionăm când ea ne împărtăşeşte problemele. Felul în care interpretăm situaţia, capacitatea noastră de a sesiza imaginea de ansamblu, abilitatea de a înţelege toţi factorii complecşi care au adus-o pe prietena respectivă în această situaţie anume, toate ne ajută să reacţionăm cu bunătate. Ne vom da seama dacă prietena are nevoie de cineva care să joace un rol mai implicat („Trebuie să te aduni odată!”) sau dacă are nevoie de un confident calm, înţelegător („Cred că nu-ţi este uşor”), sau dacă o ajută ori nu să-i facem un ceai fără să spunem altceva sau să ne oferim să-i luăm lucrurile de la spălătorie.

Majoritatea dintre noi ştiu toate acestea, într-o oarecare măsură. Dar din punct de vedere confucianist, putem face toate astea chiar mai bine. Putem înţelege că nici un fel de norme nu pot să ne spună exact ce anume să facem odată ce ieşim afară, în lumea dezordonată, jonglând cu nenumăratele roluri şi emoţii şi scenarii. Singura normă este bunătatea. Pentru Confucius, cultivarea şi exprimarea bunătăţii sunt singurele moduri în care putem deveni persoane etice.

Crearea Şi modificarea ritualurilor

Confucius este clasificat ca fiind un tradiţionalist rigid care şi-a îndemnat discipolii să-şi petreacă viaţa urmând convenţii sociale şi

adoptând roluri specifice. Dar azi ar trebui să ştim clar că el predica opusul. Când ne desfăşurăm ritualurile şi înţelegem sensul bunătăţii, devenim opusul total al rigidităţii. Nu numai că ritualurile ne ajută să nu ne blocăm într-un rol, ci,
de asemenea, pregătirea noastră în ceea ce priveşte ritualurile înseamnă să învăţăm când şi cum să le creăm sau să le modificăm.
De fapt, Natura care se iveşte din decret ne spune că ritualurile au apărut în acest mod. La începuturile civilizaţiei, oamenii au trăit momente în care, în mijlocul unor întâlniri tumultuoase, negative pe care le aveau când se ciocneau unii de alţii, lucrurile au mers chiar bine. (Gândiţi-vă la ceva simplu, de exemplu, la faptul de a cere un lucru în loc să-l înhaţi pur şi simplu, sau de a ajuta un prieten în dificultate în loc să-l ignori.) Oamenii au observat efectele pozitive ale acestor întâlniri şi au început să le repete, iar acestea au devenit ritualuri. în timp, oamenii au creat un repertoriu de ritualuri, un fel de ghid care îi ajută să se poarte bine unul cu celălalt şi prin care să înveţe şi generaţiile viitoare să procedeze la fel.
Şi noi creăm şi modificăm ritualuri. închipuie-ţi că intri într-o încăpere şi vezi că soţia ta pare preocupată de ceva. înainte, de câte ori o vedeai în această stare, te aşezai alături de ea şi o încurajai să spună ce are pe suflet. Ritualul stabilit a constat întotdeauna în a-i da posibilitatea să-şi exprime sentimentele.
Dar o perspectivă confucianistă ar pune accent pe aspectele complexe: adică, în această situaţie anume, să înţelegi genul de atenţie de care are ea nevoie atunci. Aceasta ar putea însemna să recunoşti că a face un lucru diferit - să o strângi în braţe, în tăcere - are un efect mai bun asupra ei în acest moment, pentru că

îţi dai seama că lucrul de care are cea mai mare nevoie este să fie liniştită de prezenţa ta. Dacă faci acest lucru, creezi un nou ritual. Faci un lucru nou, în mod deliberat, pe baza experienţei pe care o ai în ceea ce priveşte ritualurile pe care le-aţi folosit amândoi înainte. Ai modificat ritualuri anterioare şi ai creat unul nou. Şi, făcând acest lucru, ai creat o nouă realitate pentru voi doi: o realitate în care aţi creat o legătură mai bună.

Dacă reuşim să exprimăm bunătatea în mod continuu, ce obţinem noi? Uneori, discipolii lui Confucius îi puneau întrebări asemănătoare. De fapt, îl întrebau dacă era de părere că suntem răsplătiţi după moarte pentru lucrurile bune pe care le facem pentru alţii. Răspunsul său era simplu:

„încă nu înţelegi viaţa - cum ai putea înţelege moartea?”

Răspunsul lui Confucius nu spunea că ar trebui sau nu ar trebui să credem în viaţa de apoi. Mai curând, sublinia că trebuie să ne concentrăm asupra a ceea ce putem face aici şi acum pentru a scoate la lumină ce este mai bun în cei din jurul nostru.

Deşi Confucius nu punea accentul pe fericirea proprie a individului, era extrem de familiarizat cu fericirea profundă care apare ca urmare a efortului de a deveni o fiinţă umană mai bună. Atunci când era rugat să se descrie, răspundea: „Este o persoană atât de plină de pasiune, încât uită să mănânce, atât de bucuroasă, încât uită să-şi facă griji, şi care îmbătrâneşte fără să observe trecerea timpului”.

Ne cultivăm pentru a cultiva o lume mai bună

„Biruind şinele şi apelând la ritual, astfel devenim buni.”

Amintiţi-vă povestea ritualurilor „te rog” şi „mulţumesc”. Ceea ce părea o schimbare

minoră cu câteva secole în urmă a devenit, în cele din urmă, parte a ceva mai important. O lume nouă a început să se dezvolte, una în care oamenii îşi puteau imagina cum ar fi să se trateze unii pe alţii ca şi cum ar fi egali, şi apoi să aibă experienţa de moment a felului în care te simţi când oamenii se tratează unii pe alţii egal. în timp, am devenit o lume în care se consideră în general că oamenii ar trebui să fie egali.

Suntem tentaţi să credem că pentru a schimba lumea trebuie să avem planuri grandioase. Confucius nu ne-ar contrazice, dar probabil ar spune şi: „Nu ignora ceea ce este mic. Nu uita să spui «te rog» şi «mulţumesc»„. Schimbarea nu se produce până când oamenii nu-şi schimbă comportamentul, şi nu-şi schimbă comportamentul decât dacă încep cu ceea ce este mărunt.

Confucius spunea că putem cultiva bunătatea numai prin ritualuri. Cu toate acestea, numai atunci când ne trăim viaţa cu bunătate ajungem să sesizăm care este momentul în care să folosim ritualuri şi cum să le modificăm. Poate părea că e ceva circular, şi chiar este. Această circularitate face parte din profunzimea gândirii sale. Nu există nici un cadru etic sau moral care transcende contextul şi complexitatea vieţii omeneşti. Tot ceea ce avem este lumea confuză, în care să muncim şi să devenim mai buni. Aceste banale ritualuri ca-şi-cum reprezintă mijlocul prin care ne imaginăm noi realităţi şi, în timp, construim noi lumi. Vieţile noastre încep în cotidian şi rămân în cotidian. Numai în cotidian putem începe să creăm lumi cu adevărat măreţe.

Pune întrebări importante (n.tr.

INR02133TIV

)Despre decizii. Mencius Şi lumea schimbătoare

închipuie-ţi că încerci să-ţi faci un plan pentru a-ţi demara viaţa. Poate eşti un absolvent de facultate ambiţios, care tocmai pătrunde pe piaţa muncii, sau eşti blocat într-o criză a vârstei mijlocii, atât din punct de vedere personal, cât şi profesional. Sau poate încerci să decizi dacă să te căsătoreşti cu iubita, sau tu şi soţia ta doriţi să aveţi un copil, dar nu sunteţi siguri cum să procedaţi, pentru că amândoi aveţi cariere care vă solicită. Şi apoi, închipuie-ţi că începi să pui planul în aplicare şi te confrunţi cu o piedică după alta: trimiţi zeci de CV-uri şi degeaba. Iubita hotărăşte că nu vrea să se căsătorească de fapt şi se desparte de tine. Tu şi soţia ta aveţi un copilaş care s-a născut cu o problemă de sănătate gravă, ce presupune îngrijire intensă, permanentă. în ciuda tuturor planurilor, eşti confruntat cu rezultate neaşteptate, şi acest lucru te copleşeşte.

Unul dintre filosofii noştri a trăit un lucru surprinzător de asemănător. La sfârşitul secolului al IV-lea î.Hr., în cursul unei perioade de conflicte, cunoscută acum sub numele de Perioada Statelor Combatante, Mencius, un învăţat confucianist, a decis că sosise momentul întemeierii unei noi dinastii, bazată pe învăţăturile lui Confucius. Deşi era destul de în vârstă, a început să meargă dintr-un stat în altul şi să stea de vorbă cu conducătorii acestora, sperând să-l convingă pe unul dintre ei să-l angajeze drept consultant, să-i asculte învăţăturile şi să le pună în practică.

După mulţi ani, conducătorul statului Qi l-a numit pe Mencius într-o funcţie ministerială importantă şi i-a acordat multe audienţe. Toate lucrurile cărora bătrânul filosof le dedicase

întreaga viaţă păreau să dea roade: urma să fie filosoful din spatele unui rege bun şi să-l ajute să deschidă uşa unei ere noi şi paşnice.
Dar curând a devenit clar că pe respectivul conducător al statului Qi nu-l interesa să înveţe din sfaturile înţeleptului. Când regele a pornit un război împotriva unui stat vecin, după ce l-a manipulat pe Mencius astfel încât să pară că el a insistat în acest sens, Mencius şi-a dat seama cu disperare că îşi încheiase misiunea acolo. Regele îl folosise ca să facă actul său agresiv să pară virtuos şi nu avea nici o intenţie să-i asculte sfaturile. Era prea târziu ca să mai meargă în altă parte. Mencius nu avea să mai devină vreodată filosoful consilier al unui conducător luminat. A plecat din Qi şi s-a întors acasă.
Mencius s-a confruntat cu o dilemă cât se poate de omenească: un obstacol cât se poate de frustrant i-a distrus planurile pe care le construise cu atâta grijă. S-a răzvrătit în faţa sorţii. A făcut reproşuri divinităţii.
Dar această experienţă i-a modelat filosofia în mare măsură. Mencius avea să demonstreze că exact lucrurile pe care le considerăm a fi adevărate atunci când ne facem planuri de viaţă sunt în acelaşi timp lucrurile care, în mod ironic, ne limitează.
Felul în care trăim şi luăm decizii e strâns legat de felul în care vedem lumea în care trăim: coerentă şi stabilă sau - aşa cum considera Mencius - imprevizibilă şi schimbătoare. Dar cum putem duce o viaţă bună, dacă renunţăm la noţiunile conform cărora lumea este ordonată şi dreaptă şi la ideea că, făcând planuri de viaţă, atingem succesul? Cum ne mai facem planuri, cum mai luăm decizii în legătură cu orice, dacă trăim într-o lume schimbătoare?

Lumi constante Şi lumi schimbătoare

INR02133TIV

Când ne facem planuri de viitor, avem tendinţa de a presupune că viitorul este previzibil. Desigur, recunoaştem de formă că viaţa se poate schimba într-o secundă şi că nimic nu e sigur. Dar tot suntem adesea luaţi prin surprindere când lucrurile nu se dovedesc a fi aşa cum ne-am aşteptat. Şi aceasta se explică prin faptul că atunci când e vorba despre cum ne trăim viaţa, avem tendinţa să ne comportăm ca şi cum ar exista anumiţi factori stabili pe care putem conta, într-o lume care este constantă, iar această presupunere ne afectează deciziile.

Mozi (Mo Tzu), unul dintre contemporanii lui Mencius, susţinea această perspectivă asupra lumii. De origine modestă, el şi-a croit singur drumul în lume şi, în cele din urmă, a înfiinţat o comunitate religioasă strânsă, iar scrierile sale filosofice schiţează viziunea sa asupra unei societăţi drepte, în care oricine munceşte serios prosperă.

Mozi împărtăşea ideea confucianistă conform căreia societatea nu reuşeşte să permită dezvoltarea omului. Şi el avea convingerea că oamenii ar trebui să fie încurajaţi să fie mai buni din punct de vedere etic. Dar, spre deosebire de confucianişti, Mozi şi adepţii săi (mohiştii) nu credeau că ritualurile sunt un instrument pentru a-i ajuta pe oameni să devină mai buni. Le respingeau, considerându-le lipsite de sens, o pierdere de timp care îi împiedică pe oameni să se concentreze asupra a ceea ce este important cu adevărat. Iar ceea ce considerau a fi cu adevărat important era credinţa sinceră: în acest caz, Cerul sau Tian, zeitatea care, credeau ei, a creat lumea. Pentru Mozi şi adepţii săi, Tian era o zeitate morală, care stabilea linii directoare clare în ceea ce priveşte binele şi răul. Oamenii trebuiau să respecte aceste linii directoare

pentru a avea o viaţă bună. Dacă le respectau, erau răsplătiţi; dacă nu le respectau, erau pedepsiţi. în epoca sa, considera Mozi, oamenii nu respectau respectivele reguli, şi acest lucru ducea la imoralitate, decadenţă socială şi turbulenţă politică. Mohiştii preconizau reconstrucţia unei societăţi pe baza codului moral al lui Tian. Mozi considera că dacă oamenii erau învăţaţi să creadă că la baza universului se află un fel de cod moral şi just, acest lucru avea să-i facă să se comporte etic, iar rezultatul avea să fie o societate mai bună. Cu accentul pe care îl puneau pe credinţa sinceră, neîncrederea în ritualuri şi încrederea într-o lume constantă şi previzibilă creată de o zeitate bună, mohiştii erau din multe puncte de vedere foarte asemănători primilor protestanţi. Ideile protestante au ajutat la formarea multora dintre lucrurile pe care le luăm ca fiind de la sine înţelese astăzi, în lumea modernă. Poate că mai credem sau nu în Dumnezeu, dar încă mai credem în aceeaşi structură de bază. Suntem fiinţe stabile, care trăiesc într-o lume stabilă. Ar trebui să facem alegeri raţionale şi să calculăm ce este în beneficiul nostru şi ce anume ne va afecta negativ. Dacă privim în noi, descoperim cine suntem, ne stabilim un plan pentru a ne dezvolta, şi apoi ne străduim cât putem ca să punem în aplicare acel plan, vom prospera şi vom evolua aşa cum trebuie. Pe scurt, suntem mohişti.

De asemenea, în timp ce confucianiştii considerau bunătatea ca pe ceva ce nu poate fi descris în mod abstract, ci pe care îl înţelegi diferit în funcţie de fiecare situaţie în care te afli, noţiunea lui Mozi era cât se poate de clară: bunătatea a fost întotdeauna orice lucru care slujeşte celui mai mare număr de oameni. Mozi a declarat că nu ar trebui să conteze ceea ce

simt oamenii faţă de cei care le sunt cei mai apropiaţi, pentru că nu ar trebui să existe o gradare a iubirii. Mai degrabă, oamenii trebuie să se străduiască să-i iubească pe toţi la fel. Patru secole mai târziu, Iisus predica la fel virtuţile iubirii faţă de aproape, faţă de duşman şi ale întoarcerii celuilalt obraz. Iar astăzi, şi noi suntem încurajaţi să donăm unor fundaţii de binefacere, să facem voluntariat şi să îi ajutăm pe cei mai puţin norocoşi.

Totuşi, bineînţeles, Mozi recunoştea că oamenii nu se comportau de la sine în mod etic şi că emoţiile şi dorinţele lor egoiste le stăteau în cale. El credea că societatea ar trebui organizată astfel încât să-i direcţioneze pe oameni să se comporte corect. Printre aceste stimulente se numărau recompensele (succes, bani, renume), atunci când oamenii făceau lucrurile cum trebuie, şi pedepsele (eşec, retrogradare, amenzi), atunci când se abăteau de la normă. Dacă oamenii considerau că trăiesc într-o lume cu noţiuni clare de bine şi rău - în care munca susţinută era răsplătită, iar faptele rele, pedepsite -, atunci ar fi fost convinşi să nu-şi urmeze emoţiile cele mai primitive, ci să se străduiască să devină buni. Mozi era convins că, odată instituit sistemul, rezultatul avea să fie o societate în care fiecare are numai de câştigat; o lume „a iubirii universale”, cum o numea el.

Mencius era de cu totul altă părere decât Mozi în ceea ce priveşte acest subiect. La prima vedere, o astfel de atitudine poate părea deconcertantă: ce ai putea avea împotriva unei lumi drepte, în care munca susţinută aduce prosperitate, în care există standarde sigure în ceea ce priveşte binele şi răul, şi toată lumea este iubită la fel?

Dar Mencius avea un punct de vedere foarte diferit asupra lumii, unul care îşi avea

rădăcinile în gândirea confucianistă. Vedea lumea ca fiind schimbătoare. Munca susţinută nu ar duce în mod necesar la prosperitate. Faptele rele nu ar fi în mod necesar pedepsite. Nu există nici un fel de garanţii pentru nimic; nu există nici un fel de coerenţă stabilă, globală în lume, pe care ai putea conta. Din contră, considera Mencius, lumea este fragmentată, într-o perpetuă dezordine şi necesită muncă permanentă. Şi numai atunci când înţelegem că nimic nu este stabil, putem lua decizii şi ne putem trăi viaţa în modul cel mai plenar.
Este o idee neliniştitoare, iar noi ştim că Mencius însuşi a făcut un efort ca să o accepte. De fapt, este filosoful despre ale cărui viaţă şi caracter ştim cele mai multe lucruri: lucrarea Mencius, o culegere a învăţăturilor sale întocmită de discipoli după moartea lui, abundă în povestiri detaliate, dialoguri şi anecdote, care îl portretizează ca fiind extraordinar de uman. De aceea textul este atât de fascinant: transmite ideea a ceea ce înseamnă să fii o fiinţă umană failibilă, în toată complexitatea sa. Mencius nu este vreun Buddha senin, şi nici un Iisus altruist. Departe de a fi un înţelept placid şi blajin, apare ca o figură sclipitoare, schimbătoare, încăpăţânată, arogantă şi complicată - un om care se lupta să atingă bunătatea, şi uneori nu reuşea să trăiască la înălţimea propriei filosofii.
Dată fiind această perspectivă asupra lumii ca fiind mereu rezultatul împletirii de moment a acţiunilor umane, Mencius considera ideile lui Mozi deosebit de periculoase. Considera că ideile lui Mozi nu vor aduce o lume de armonie socială şi iubire universală. Din contra, rezultatul ar fi o lume aproape pavloviană, în care oamenii sunt condiţionaţi să facă ceea ce trebuie să facă pentru a câştiga recompense şi

a evita pedeapsa. Ar fi, de fapt, o lume în care oamenii sunt educaţi să se gândească la acţiunile lor
esenţialmente din punctul de vedere al propriului interes: Ce trebuie să fac pentru a obţine ceea ce doresc?
De fapt, Mencius considera că poţi deveni etic doar dacă nu te gândeşti că există vreun sistem coerent de recompense şi pedepse. în fond, dacă vei crede că există, atunci nu te vei mai strădui să devii o persoană mai bună; vei acţiona pentru a obţine beneficii proprii.
Viziunea socială grandioasă a lui Mozi despre cum să se creeze o lume perfectă de iubire universală ar duce, din contra, în mod ironic, la o lume plină de egoişti în căutare de profit.
Mencius se temea că încercările de a modela comportamentul uman într-un astfel de mod calculat ar putea sfârşi prin a separa gândirea noastră cognitivă de partea noastră emoţională.
Să fim realişti, cum am putea iubi vreodată copilul unui străin la fel de mult ca pe al nostru? Bineînţeles, eliminarea propriilor emoţii din ecuaţie este exact ceea ce voia Mozi să sublinieze: mintea ar trebui să ne permită să decidem raţional ce anume e bine şi ce nu, fără capricii şi dorinţe. Dar Mencius considera că lucrul care îi deosebeşte pe oamenii buni de ceilalţi este acela că primii nu au pierdut legătura cu partea lor emoţională; din contra, îşi respectă şi îşi cultivă asiduu reacţiile emoţionale. Şi în felul acesta ştiu ce anume este bine să facă - decizia corectă de luat - în orice situaţie.
Această diferenţă filosofică dintre Mozi şi Mencius reprezintă diferenţa dintre cei care consideră că lumea este constantă şi cei care o consideră schimbătoare. Pe de o parte, ai o lume în care acţiunile îţi sunt modelate de o

credinţă în reguli universal aplicabile; pe de alta, există o lume pe care nu poţi conta niciodată, pe care o construieşti de la zero permanent, cultivându-ţi şinele şi relaţiile prin acţiuni mici.

Cum luăm decizii

Chiar şi astăzi, deşi aproape că nu realizăm, deciziile ne sunt modelate de felul în care vedem noi lumea - ca fiind constantă sau schimbătoare. Majoritatea dintre noi, la fel ca Mozi, cred că lumea este constantă. Ştim cât se poate de bine că lucrurile nu merg întotdeauna conform planului, dar tindem să presupunem că există un mod general în care funcţionează lumea: dacă munceşti serios, vei avea rezultate bune la şcoală; dacă ai o pregătire bună, vei găsi o slujbă care să-ţi placă; dacă te căsătoreşti cu dragostea vieţii tale, vei trăi fericit până la adânci bătrâneţi.

în mod obişnuit, ne bazăm pe două modele populare când luăm hotărâri, ambele rezultate din această idee conform căreia există o oarecare stabilitate în lume.

Pe de o parte există modelul „alegerii raţionale”: suntem fiinţe raţionale, capabile să ia hotărâri în mod logic. Ne documentăm intens, facem liste cu argumente pro şi contra şi cântărim riscurile şi beneficiile pentru a obţine cele mai bune rezultate posibil. Cumpănim atent ce materii de studiu să ne alegem, dacă să facem sau nu studii postuniversitare, sau dacă să acceptăm o ofertă de lucru într-un oraş îndepărtat.

Pe de altă parte, există categoria adepţilor modelului „intuiţiei”, conform căruia luăm decizii pe baza sentimentului intuitiv în legătură cu ceea ce pare „soluţia bună”. Decidem unde să mergem la cină, ce destinaţie de vacanţă să alegem sau ce canapea să cumpărăm pentru sufragerie.

Până la urmă, majoritatea folosim o combinaţie a celor două. Ne documentăm, şi apoi alegem ceea ce ni se pare bine.
Dată fiind convingerea sa că lumea este inconstantă, Mencius ar considera că ambele modele decizionale sunt greşite. Dacă suntem de părere că putem decide doar pe baza calculelor, vom crede că într-adevăr decidem raţional, dar respectivele decizii vor fi deviate de factori inconştienţi. Nu e ceva nou: multe studii ale procesului decizional ajung la concluzia că emoţiile adesea deturnează gândirea raţională.
Dar acest lucru, bineînţeles, nu înseamnă că ar trebui să ne bazăm în schimb pe instincte, care adesea sunt puţin mai mult decât manifestări ale dorinţelor
necizelate şi chiar egoiste şi nu au la bază sentimentul nostru că facem ce e mai bine să facem.
Există şi o a treia abordare. Ne putem cizela constant percepţia emoţională, astfel încât ea să se sincronizeze cu mintea, pentru a lua decizii care deschid viitorul în loc să-l închidă. Nu trăim într-o lume neschimbătoare, de aceea ultimul lucru pe care ar trebui să-l facem ar fi să îndepărtăm emoţiile - care ne permit să sesizăm toate nuanţele unei situaţii şi să o traversăm pornind din orice punct de plecare. Nu-ţi vei remedia relaţia încordată cu sora ta dacă ai doar o singură discuţie importantă deschisă cu ea. Acest lucru se poate întâmpla în schimb prin intermediul micilor decizii pe care le iei în legătură cu modul în care să te comporţi şi să reacţionezi de fiecare dată când vorbiţi, chiar şi atunci când te scoate din sărite. Analizează ce se întâmplă dacă începi să îţi examinezi interacţiunile zilnice cu ea, observând toate micile detalii (inclusiv reacţiile

ei la propria ta purtare) care afectează acele interacţiuni. Aşa cum lumea nu este stabilă, nici aceste interacţiuni nu sunt fixe. Dacă înţelegi acest lucru, atunci vei putea lucra simultan pentru a schimba situaţia şi relaţia, rafinându-ţi emoţiile, astfel încât răspunsurile tale îmbunătăţite să creeze o traiectorie mai bună.

Aceste traiectorii posibile există peste tot în jurul nostru. Atunci când amâni să-i telefonezi unui prieten de departe pentru că aştepţi întâlnirea anuală ca să afli atunci ce mai face, alegi în mod activ să nu hrăneşti prietenia. Neglijarea lui este o alegere activă, care va aşeza lucrurile pe o anumită cale. Dacă iubitul tău se gândeşte să vă despărţiţi, iar tu insişti să încheiaţi lucrurile fără întârziere - în loc să aştepţi puţin ca să vezi cum schimbă şi îmblânzeşte timpul emoţiile fiecăruia -, te grăbeşti către un final care poate nu ar fi apărut altminteri. Dacă exprimi o plângere în mod calm şi politicos - să spunem că ai cerut să vorbeşti cu directorul unui magazin al cărui serviciu pentru clienţi lasă de dorit -, vei deschide conversaţia dintre voi în loc să o închizi, aşa cum ai fi făcut dacă te-ai fi înfuriat şi ai fi ţipat, şi e posibil să schimbi în bine rezultatul.

îţi aminteşti dilema privind modul de a ajuta o prietenă aflată într-o situaţie dificilă? De obicei, reacţionăm în baza a ceea ce credem că putem face

pentru a o ajuta pe acea prietenă anume, aflată în acea situaţie anume. Dându-ne seama de specificitatea situaţiei, ne comportăm într-adevăr în mod confucianist. Majorităţii dintre noi nici nu le-ar trece prin cap să se gândească mai întâi la beneficiul raţional şi la normele universal aplicabile în această situaţie.

Cu toate acestea, întrucât adesea ne considerăm a fi într-un anumit mod, unul stabil, ne limităm la anumite roluri trecute. Dacă te consideri genul empatic, de exemplu, ai putea simţi că îţi e incomod să ai o intervenţie mai directă - deşi îţi poţi da seama că este lucrul de care prietena ta are nevoie în acest moment -, pentru că această abordare nu te reprezintă. Nu se încadrează în tiparul modului în care te comporţi de obicei. Ai putea gândi: Lasă, alt prieten o poate presa să meargă la doctor/să apeleze la un avocat/să discute cu antrenorul ei. Eu am să o ascult numai.
Dar faptul că te defineşti drept „cel care eşti” îţi limitează modul de percepţie a întregii situaţii, amploarea răspunsului pe care îl poţi da şi bunătatea de care poţi da dovadă.
Pentru a sesiza întregul context înainte de a lua o decizie într-o lume în permanentă schimbare, trebuie să-ţi educi emoţiile. Trebuie să înveţi ce înseamnă să te gândeşti la decizii în termenii unui sine complex, ai unei lumi complexe şi ai unor traiectorii complexe, care pot merge în direcţii multiple.
Mencius considera că singurul mod de a cultiva o conştientizare cuprinzătoare a complexităţii situaţiilor este cultivarea capacităţii noastre de a înţelege modul în care acţiunile noastre pot duce la traiectorii pozitive. Şi avea convingerea că ne naştem toţi cu acest potenţial: potenţialul de a fi buni.

Potenţialul nostru de a fi buni

Imaginează-ţi o clipă că mergi printr-un câmp cu iarbă, unde se joacă nişte copii. Dintr-odată, auzi un ţipăt disperat. Un băieţel a dispărut, alunecând într-un puţ abandonat. Stă agăţat de margine, încercând cu disperare să nu cadă. Fără ezitare - fără să te gândeşti nici o secundă - alergi să salvezi copilul. îl apuci şi-l aşezi în siguranţă pe pământ.

Mencius a folosit parabola copilului din puţul abandonat pentru a sublinia că toate fiinţele umane au acelaşi potenţial de a deveni bune. Ştim că lucrurile sunt astfel, argumentează el, pentru că nu există nici o persoană nicăieri în lume care nu s-ar repezi imediat să îl ajute pe acel copil. Şi motivul nu ar fi lauda, recompensa sau recunoştinţa părinţilor copilului. Ar fi o reacţie spontană pe care orice fiinţă umană de oriunde ar avea-o, şi ar izvorî dintr-o pură dorinţă de a-l ajuta pur şi simplu pe acel copil.

Dacă ne-am dezvolta acest instinct, am şti ce să facem şi ce să hotărâm în aproape orice situaţie. Cu toate acestea, e greu să ne ridicăm la nivelul potenţialului nostru de a fi buni. îi bârfim pe vecini, ne invidiem prietenii, ţipăm la copiii noştri. Iar şi iar lăsăm părţile cele mai rele să iasă la suprafaţă. Dacă toţi am alerga să salvăm un copil aflat în pericol, atunci de ce, în viaţa noastră de zi cu zi, le facem rău celor din jur atât de des? De ce nu facem mai mult pentru a ne cultiva potenţialul de a fi buni?

Mencius considera acest lucru cu atât mai surprinzător cu cât convingerea sa era că fiecare fiinţă umană se naşte cu o capacitate naturală de a fi bună. El scria:

Bunătatea naturii umane este ca apa care tinde să curgă la vale. Aşa cum nu există nici o apă care să nu curgă la vale, nu există nici un fel de fiinţă umană lipsită de bunătate.

Dar această bunătate există numai în potentia. Natura umană este potenţial bună, dar poate fi pierdută, poate fi denaturată, poate fi modificată de ceea ce întâlneşte în calea sa. După cum spunea Mencius:

Poţi zăgăzui şi direcţiona apa, şi o poţi for ţa să rămână în vârful muntelui fără să curgă înspre poalele acestuia. Dar să fie oare aceasta cu

adevărat natura apei? Ceea ce i-ai făcut tu o determină să fie astfel. Fiinţele umane pot fi şi ele determinate să nu fie bune, în acelaşi mod.
Mencius dorea ca oamenii să înţeleagă cu toată fiinţa senzaţia de bunătate, pentru a înţelege cum să devină buni. Care e senzaţia fizică atunci când eşti bun? Ce faci în fiecare zi pentru a te bucura de acel sentiment?
Pentru a răspunde la aceste întrebări, Mencius ne-a învăţat că trebuie să ne imaginăm bunătatea incipientă ca fiind mici lăstari. Toţi lăstarii au potenţialul de a creşte şi de a se transforma în ceva mai mare. Dar trebuie cultivaţi corespunzător, într-un mediu fertil, pentru a atinge acel potenţial. La fel, noi toţi avem o bunătate incipientă în noi, şi astfel fiecare dintre noi, conchidea Mencius, începe viaţa înzestrat în mod egal cu potenţialul de a deveni asemenea unui înţelept: capabil să creeze un mediu în care fiecare va înflori.
Dar avem tendinţa fie să ne neglijăm lăstarii, să uităm să-i udăm sau să-i hrănim, fie să fim prea insistenţi: îi înşfacăm şi încercăm să tragem de ei pentru a-i face să crească. Nu numai că ne distrugem bunătatea naturală, dar devenim şi nefericiţi, lesne dominaţi de cele mai rele instincte ale noastre: invidie, furie şi resentiment. Când facem acest lucru, facem rău propriei noastre umanităţi şi le facem rău celor din jur. Dând frâu liber lucrurilor celor mai rele din noi, scoatem la lumină ce e mai rău în alţii şi îi facem şi pe ei să-şi ucidă lăstarii. Majoritatea dintre noi nu reuşesc să îşi atingă potenţialul, dar lucrurile nu trebuie să fie astfel.
Dacă bunătatea este într-adevăr la fel de perceptibilă fizic cum sunt lăstarii, atunci nu este ceva abstract, ca iubirea universală mohistă sau compasiunea universală budistă;

nu este legată de nici un fel de doctrină care ne-ar pretinde să avem aceleaşi sentimente faţă de un străin pe care nici măcar nu l-am cunoscut şi pentru prietenii de o viaţă. Bunătatea este mai curând ceva ce putem simţi şi îngriji în viaţa noastră de fiecare zi, tocmai cu oamenii alături de care ne aflăm acum. Dacă suntem atenţi de fiecare dată când facem un act de bunătate, indiferent cât de mic - vorbim cuiva cu căldură, ţinem uşa pentru un străin, îi ajutăm pe vecini să-şi deszăpezească maşina după o ninsoare grea -, e posibil să avem o senzaţie fizică, de exemplu, o senzaţie de căldură sau senzaţia unei luminozităţi. Acea senzaţie concretă este lăstarul lui Mencius care creşte înăuntrul nostru, hrănit de actul nostru de generozitate şi de legătura cu celălalt. Fiind atent la senzaţia fizică, hrănind părţile tale mai bune şi observând impactul asupra ta şi a celorlalţi, devii mai motivat să continui. în acest fel, nu-ţi dezvolţi bunătatea în mod abstract: înveţi prin fiecare pas al acestui proces cum să plantezi condiţiile în care se poate ea dezvolta. începi ca fermier individual, cultivându-ţi lăstarii pe câmpul tău modest, dar efectul radiază în afară. Cei care ajung beneficiarii bunătăţii tale vor fi inspiraţi să facă şi ei fapte bune şi să continue să-şi crească propriii lăstari de bunătate la rândul lor. Astfel de momente de bunătate se adună până când umplu o zi şi, în cele din urmă, întreaga viaţă.

Mintea-inima ca un întreg

Care este legătura dintre bunătate şi luarea unor decizii bune?

Aducem la suprafaţă măreţul potenţial al naturii umane atunci când ne perfecţionăm răspunsurile emoţionale. Cultivarea permanentă de sine prin intermediul interacţiunilor noastre cu alţii şi efortul constant de hrănire a lăstarilor noştri de

bunătate - aceste lucruri ne fac în cele din urmă să înţelegem cum să luăm deciziile morale corecte în orice situaţie dată.
Deşi unii gânditori precum Mozi credeau în diferenţierea clară dintre facultăţile raţionale şi cele emoţionale şi în separarea minţii de inimă pe cât de mult posibil, în limba chineză termenul pentru minte şi inimă este, de fapt, unul şi acelaşi: xin. Mintea-inimă este atât sediul emoţiilor noastre, cât şi centrul raţionalităţii. Poate delibera, medita, contempla şi simţi dragoste, bucurie şi ură. Ceea ce-i separă pe cei care devin fiinţe umane minunate de ceilalţi, considera Mencius, este capacitatea de a-şi urma mintea-inimă, în loc să se lase conduşi orbeşte fie de simţuri, fie de intelect. Cultivarea minţii-inimii este ceea ce ne cultivă abilitatea de a lua decizii bune.
Gândeşte-te la alegerile cu care ne confruntăm pe parcursul întregii vieţi, de la cele prozaice până la cele profunde: ce să pregătim pentru cină; unde să mergem în următoarea vacanţă; dacă să ne schimbăm sau nu locul de muncă sau dacă să divorţăm. Deciziile înţelepte nu se iau doar gândind raţional. Se iau prin înţelegerea completă a ceea ce ştie mintea-inima noastră că este soluţia corectă. Deciziile bune sunt luate atunci când mintea şi inima sunt integrate.
Când ne lăsăm conduşi de simţuri, luăm decizii nechibzuite şi impulsive. Fie că este vorba de un lucru minor, ca de exemplu mâncatul exagerat atunci când nu ne este foame, sau de ceva mai important, ca de exemplu mustrarea aspră a unui partener pentru o neglijenţă, simţurile noastre ne conduc adesea în mod greşit către o reacţie pe moment, lipsită de înţelepciune.

Dar cultivând mintea-inima, reacţionăm la lucruri dintr-o zonă mult mai stabilă. Fără a fi distraşi de impulsuri şi de schimbările noastre emoţionale, ne putem concentra pe imaginea de ansamblu şi ştim ce să facem. Ştim care sunt reacţiile care scot la suprafaţă ceea ce este mai bun în noi şi în cei din jurul nostru. Să revenim la povestea copilului din puţul părăsit. Această parabolă descrie, bineînţeles, un moment rar de criză. Dar cele mai multe decizii cu care ne confruntăm în viaţă nu sunt la fel de evidente. O înclinaţie latentă spre bunătate nu ne va dicta imediat ce să facem. Ne va spune, bineînţeles, că trebuie să-l salvăm pe băiat. Dar cum exact ar trebui să ajutăm un văr care se confruntă cu o criză personală? Ce ofertă de muncă ar fi potrivită pentru tine în viitor? Ar fi bine să te muţi acasă, pentru a fi mai aproape de părinţii bolnavi?
O abordare în sensul filosofiei lui Mencius a integrării laturilor noastre cognitive şi emoţionale ar fi să observăm reacţiile emoţionale, şi apoi să încercăm să le schimbăm în bine. Foloseşte-ţi mintea pentru a-ţi cultiva emoţiile. Fii conştient de ceea ce-ţi declanşează emoţiile şi reacţiile în fiecare zi. Care sunt obiceiurile tipice prin intermediul cărora percepi lumea? Faptul că partenerul te critică pentru felul în care încarci maşina de spălat vasele îţi declanşează amintiri din copilărie, când mereu te făcea cineva să te simţi incapabil? Ai tendinţa de a fi împăciuitor cu prietenii, în loc să fii asertiv, pentru că te simţi nedemn de a exprima o opinie viguroasă?
Pe măsură ce devii conştient de toţi factorii declanşatori şi de vechile tipare care îţi modelează emoţiile pe parcursul întregii zile, poţi lucra la perfecţionarea reacţiilor pe care le ai. Reţine că a fi atent la reacţiile tale

emoţionale nu este acelaşi lucru cu „mindfulness”, noţiunea larg răspândită care se bazează în mare pe ideea budistă de detaşare şi abţinere de la emiterea de judecăţi. Nu înseamnă să-ţi observi sentimentele, să le accepţi, şi apoi să le laşi să plece, astfel încât să poţi atinge un fel de pace personală. Pentru că şi dacă ai atinge un sentiment de pace, acesta ar dispărea imediat ce ai reveni în contact cu lumea. Şi nu înseamnă nici să ai compasiune pentru toate fiinţele într-un mod abstract. Cultivarea inimii- minţii este un act direcţionat către în afară, care are ca scop nu să ne detaşeze de lume, ci să ne implice şi mai profund în aceasta, astfel încât să reuşim să devenim noi mai buni şi să-i facem şi pe ceilalţi mai buni, prin fiecare interacţiune. înseamnă să fii atent, nu în sensul de vigilenţă, ci în sensul confucianist.
Evenimentele externe ne declanşează reacţii emoţionale în fiecare zi, ca atunci când ţi se umple inima de bucurie văzându-ţi copilaşul cu un buchet de flori pe care le-a cules spontan special pentru tine, sau ca durerea ascuţită pe care o simţi când te întâlneşti din întâmplare cu un fost iubit pe stradă, îngrijorarea care te cuprinde când şeful îţi trimite un e-mail, amintindu-ţi un termen-limită foarte strâns. Toate reacţiile se acumulează. Viaţa devine o serie de reacţii tipice needucate - tipare care adesea sfârşesc prin a fi negative. De fapt, multe dintre lucrurile pe care de obicei le considerăm a reprezenta un proces decizional conştient reprezintă în realitate aplicarea unor vechi tipare. Dar dacă ne cultivăm emoţiile, în timp şi cu experienţă, putem învăţa să percepem dispoziţia celorlalţi cu mai multă acurateţe, să evaluăm ce se întâmplă cu adevărat într-o situaţie anume şi să facem

astfel încât să schimbăm rezultatul în funcţie de aceasta - fie că este vorba de un conflict cu un vecin, de un prieten care este afectat de depresie sau de un copil care are probleme la învăţătură. Ne putem forma pentru a rămâne permanent conştienţi de aceste aspecte complexe şi pentru a şti ce putem face ca să le modificăm.
închipuie-ţi că ai o colegă care te întrerupe întruna, de câte ori lucrezi contra cronometru. Această problemă cronică te-a determinat să o consideri nepăsătoare şi enervantă. Ai putea fi tentat să-i întorci spatele. Sau ai putea să cedezi şi să stai la discuţii cu ea, dar apoi ai fi supărat pe tine pentru că i- ai permis să-ţi risipească atât de mult timp. Sau te-ai putea răsti la ea, furios că nu-şi dă seama cât de ocupat eşti. Sau ai putea să-ţi descarci sufletul altor prieteni, care te încurajează să pui piciorul în prag şi să-i spui cât se poate de clar că nu poţi vorbi cu ea în acel moment. Dar, în loc să-i pui o etichetă şi să foloseşti strategii generice îndreptate către o colegă generică, una care te enervează şi te întrerupe, o reacţie mult mai cuprinzătoare apare atunci când începi să-ţi percepi colega ca pe o persoană cu un set complex de sensibilităţi, obiceiuri, tipare, emoţii şi comportamente. Anumite laturi ale sale apar în această situaţie dată din anumite motive, la fel ca unele laturi ale tale. Ai putea fi tentat să abordezi problema într-un mod direct şi să-i spui că ai o problemă pe care trebuie să o discutaţi amândoi, pentru a o face să înţeleagă poziţia ta. Dar strategia cea mai eficientă ar fi să înţelegi modul în care schimbând ceea ce faci tu vei schimba direcţia situaţiei, în timp. Din momentul în care o vezi ca pe o persoană cu mai multe faţete şi infinit de complexă, mai curând decât ca pe o

persoană unitară care este pur şi simplu aşa cum e, perspectiva ţi se deschide către o serie de lucruri pe care le poţi încerca pentru a schimba situaţia; lucruri mărunte pe care le poţi face pentru a scoate în evidenţă diferite laturi atât ale colegei, cât şi ale tale. Vine să stea de vorbă când se simte singură? Ar putea exista alte modalităţi de a aborda dorinţa sa de interacţiune? Sau poate apare când se simte nesigură; abordarea anxietăţii în sine ar putea fi un început.

Iată o altă situaţie: să spunem că cineva are o atitudine furioasă faţă de tine. Poate un resentiment care mocneşte de mult între tine şi fratele tău a explodat în cele din urmă. O reacţie subtilă ar fi să nu reacţionezi automat exprimându-ţi propria furie, oricât de tentant ar fi. Nici să fii împăciuitor, indiferent sau pur şi simplu să eviţi să vorbeşti. Din contră, o reacţie subtilă începe prin a-ţi acorda un moment pentru a încerca să percepi toate emoţiile şi elementele declanşatoare care se află în spatele comportamentului fratelui tău. Există un catalizator imediat, bineînţeles, dar starea actuală a relaţiei aproape sigur s-a construit în ani de reacţii tipice de ambele părţi. Dacă încerci să-ţi dai seama de unde vine furia şi să înţelegi ce s-ar putea face pentru a schimba acele părţi ale situaţiei, vei ieşi din starea mentală care te face să-l consideri ca fiind pur şi simplu într-un anumit fel. Vei vedea noi abordări. Gesturile mici (simple, cum ar fi recunoaşterea furiei, admiterea propriului tău rol în aceasta sau o decizie cumpănită de a aştepta până când amândoi v-aţi mai calmat), exact pentru că sunt contraintuitive şi au scopul de a schimba dinamica esenţială mai curând decât reacţia imediată la furie, au capacitatea de a schimba acea dinamică.

Nici una dintre aceste idei nu este nouă: ştim că reprezintă modalităţi optime de a reacţiona. Şi totuşi, răspunsul optim nu este întotdeauna primul care ne vine în minte atunci când reacţionăm la situaţii interpersonale extrem de solicitante. Majoritatea dintre noi sunt de obicei împinşi de colo- colo de emoţiile momentului şi de dorinţa de a rezolva repede situaţia. Această abordare diferită evident nu oferă o rezolvare rapidă; nimic din toate acestea nu schimbă lucrurile imediat. Dar te obişnuieşti să gândeşti din perspectiva tabloului general şi a rezultatului pe termen lung. Când îţi propui să te pregăteşti pentru a aborda situaţiile din perspectiva cea mai largă şi cu înţelegerea modului în care poţi modifica un rezultat, îţi cultivi constant potenţialul de a fi bun. Aceasta nu înseamnă să ne ignorăm emoţiile, pentru că acest lucru ne-ar face să ne pierdem capacitatea de a sesiza contextul general al unei situaţii. înseamnă să aprofundăm acele emoţii astfel încât cel mai bun răspuns să iasă la suprafaţă intuitiv. Aceasta înseamnă să cultivi inima-mintea. îţi permite să devii mai sensibil la ceea ce se întâmplă în afară, laturile tale cele mai bune rămânându-ţi intacte, iar viziunea, neafectată. Ceea ce înţelegea Mencius prin Judecată flexibilă" este capacitatea de a lua decizii morale bune în mod instinctiv, cântărind în acelaşi timp fiecare situaţie în întreaga sa complexitate. Să-ţi educi inima-mintea înseamnă să-ţi rafinezi judecata: să vezi imaginea de ansamblu, să înţelegi ceea ce se află în spatele comportamentului unei persoane şi să-ţi aminteşti că emoţii diferite, ca de exemplu anxietate, teamă şi bucurie, vor scoate la suprafaţă laturi diferite ale oamenilor pe care tindem să-i considerăm rigizi. Intuirea

acţiunii corecte devine o formă mai complexă, mai dezvoltată a instinctului care te va face să salvezi un copil căzut într-un puţ părăsit. La fel cum nu va trebui să-ţi pui în mod conştient întrebarea ce să faci în cazul în care un copil e în pericol, nu va trebui să te întrebi cum să navighezi printre situaţiile zilnice, dacă ţi-ai educat inima- mintea.

Să pregăteşti terenul astfel încât lucrurile să poată creşte

Când este cazul să iei decizii de viaţă mai importante - ce specializare să alegi la facultate, dacă să-ţi schimbi sau nu cariera, cu cine să te căsătoreşti - adesea greşeşti. Chiar dacă ne folosim inima-mintea pentru a face judecăţi flexibile şi a recunoaşte că acţiunile noastre creează constant mici schimbări în lume, tot considerăm lumea ca fiind coerentă, şi astfel persistăm în gândirea conform căreia există lucruri stabile: eu, calităţile şi defectele mele, ceea ce-mi place şi ceea ce-mi displace, lumea aşa cum va fi ea peste câteva zeci de ani şi poziţia mea în această lume.

Prin urmare, nu numai reacţiile noastre pe termen scurt, ci şi planurile noastre de viaţă pe termen lung sunt adesea bazate pe iluzia stabilităţii. Planificăm ce anume putem face concret pentru a ne atinge obiectivele. Dacă încerci să iei o decizie în ceea ce priveşte cariera, de exemplu, ai putea să gândeşti prin prisma a ceea ce ţi s-ar potrivi cel mai bine: îţi faci o idee despre ce fel de persoană eşti, care sunt calităţile tale, te orientezi spre cursuri în funcţie de această apreciere şi, în cele din urmă, abordezi o carieră pe baza acestei definiţii stricte a cine crezi că eşti.

Dar aminteşte-ţi că persoana care crezi că eşti - şi mai ales ceea ce crezi că reprezintă acel „tu” în perioada în care iei respectivele decizii - nu

este decât un set de tipare în care te-ai blocat. Aşa cum poţi deveni o persoană pesimistă doar pentru că te consideri pesimist, poţi lua decizii care te modelează doar pentru că tu crezi că ele reflectă cine eşti. Dar când faci acest lucru, te plasezi deja din start într-o categorie anume. Când luăm raţional decizii importante de viaţă pe baza ideii că lumea este constantă, presupunem că există o situaţie clară, posibilităţi clare, un sine stabil, emoţii care nu se schimbă şi o lume imuabilă. Dar aceste lucruri nu sunt un dat. Făcând planuri concrete, definite, avem de fapt o abordare abstractă, pentru că facem aceste planuri pentru un sine care este abstract: un sine viitor pe care ţi-l imaginezi pe baza a ceea ce crezi că eşti acum, deşi tu, lumea şi circumstanţele se vor schimba. Te desprinzi de aspectele reale, derutant de complexe, ce reprezintă baza pornind de la care te poţi dezvolta ca fiinţă umană. îţi anulezi capacitatea de a te dezvolta ca persoană pentru că limitezi acea creştere la ceea ce este în interesul persoanei care, din întâmplare, eşti în acest moment, şi nu al persoanei care vei deveni.
Dacă, din contra, păstrezi o conştiinţă constantă a lumii ca fiind instabilă, poţi începe să iei decizii şi să ai reacţii păstrând în minte faptul că lumea e complexă, în permanentă schimbare, iar şinele tău e şi el complex, fluctuant. îţi poţi antrena mintea să rămână deschisă şi să ia în considerare toate aspectele complexe care îţi alcătuiesc personalitatea. Obţinem cele mai bune rezultate atunci când ne gândim la ceva din punctul de vedere al traiectoriilor pe termen lung. Cele mai de impact decizii vin din pregătirea terenului, astfel încât lucrurile să crească.

INR02133TIV

Gândeşte-te la povestirea din Mencius despre regii înţelepţi din vechime, care au adus zorii civilizaţiei. A fost o vreme în care „nimic din ce se afla sub Cer nu fusese reglementat, apele inundau totul, iar cele cinci cereale nu creşteau”.
înţeleptul rege Yu a fost trimis să pună ordine în această lume. A săpat pământul şi a asigurat apă pentru recolte:
Yu a dragat cele nouă râuri, a curăţat albiile râurilor Ji şi Ta, astfel încât să se verse în mare, a eliberat râurile Ru şi Han şi a deschis râurile Huai şi Si, astfel încât să se verse în Jiang. Abia atunci populaţiile statelor centrale au reuşit să obţină hrană.
Bo Gui a spus: „Metoda mea de regularizare a cursurilor de apă este superioară celei a lui Yu „. Mencius i-a spus: „ Te înşeli. Metoda prin care Yu a regularizat cursul apei s-a bazat pe cursul acesteia. Din acest motiv, Yu a folosit cele patru râuri ca receptacule. Dar tu foloseşti statele învecinate drept receptacul. Când apa curge în sens invers cursului său, o numim apă care debordează. Apa care debordează înseamnă apă care inundă, un lucru pe care omul îl detestă. Te înşeli [...]”
,, Cât despre felul în care Yu a mutat apele, a făcut-o fără vreo intervenţie perturbatoare.”
Yu a făcut schimbări radicale în ceea ce priveşte mediul înconjurător săpând şanţuri şi canale, dar în acelaşi timp a făcut aceste schimbări după ce a înţeles cum curge şi se mişcă apa în mod natural.
Ideea poveştii nu este că ar trebui să lăsăm pasivi apa să curgă cum vrea, la fel cum nu trebuie să lăsăm lăstarii să crească aşa cum ar putea. Ci ar trebui
să fim ca Yu, care a canalizat cursul apelor. Trebuie să fim ca un fermier care îşi cultivă

recoltele. Fermierul este activ şi prevăzător, chibzuit. Alege locul potrivit, smulge buruienile, sapă şi fertilizează solul, seamănă culturile - acele culturi despre care ştie deja că vor merge bine în acea climă anume. Apoi îşi cultivă câmpul, îl pliveşte, udând cu grijă plantele şi asigurându-se că au destul soare. Dar munca nici pe departe nu se încheie acolo. Este o muncă constantă. Construieşte garduri ca să le apere de animale sălbatice şi schimbă culturile în funcţie de modificările solului. Este foarte atent şi la alegerea momentului: ştie când să facă schimbări şi când să aştepte. în viaţă trebuie să reacţionăm permanent la noile circumstanţe pe măsură ce apar, la fel cum fermierul este vigilent cu situaţiile care îi afectează câmpul.

A fi activ nu înseamnă să încerci agresiv să zăgăzuieşti apa curgătoare. Din contra, este ca şi cum ai profita de faptul că apa tinde să curgă în jos, folosind aspectul acesta ca s-o exploatezi. Aşa cum spunea Mencius, „Ceea ce-mi displace la oamenii iscusiţi este că îşi dăltuiesc drumul prin viaţă. Dacă ar fi fost în schimb ca regele înţelept care a deplasat apele, atunci nu ar avea ce să-mi displacă la ei. Regele înţelept care a mutat cursul apelor a facut-o fără vreo intervenţie perturbatoare”.

A fi activ înseamnă să creezi condiţii optime şi să reacţionezi la oricare dintre diferitele situaţii care apar. înseamnă să pregăteşti terenul pe care poate creşte schimbarea. Gândeşte-te că eşti fermier, în loc să te gândeşti la cine eşti şi să-ţi organizezi obiectivele în funcţie de aceasta. Obiectivul devine atunci pregătirea terenului pentru ca diferite interese şi laturi ale tale să crească organic.

Majoritatea dintre noi avem hobby-uri şi interese de care ne ocupăm în weekend sau în

timpul liber. De cele mai multe ori, nu considerăm că aceste lucruri au vreo importanţă când vine vorba de a înţelege ce anume dorim să facem cu viaţa noastră. Şi totuşi, pregătirea terenului presupune lucruri simple, cum ar fi să-ţi rezervi timp pentru a participa la activităţi care se adresează unor diferite laturi ale tale pe care eşti interesat să le dezvolţi: să faci un curs de degustare de vinuri, să înveţi să pictezi cu acuarele sau să-ţi împrospătezi cunoştinţele de franceză din liceu o dată pe săptămână, în
cadrul unui schimb de experienţă. Făcând în mod proactiv loc în viaţa ta pentru tot felul de posibilităţi şi rămânând apoi deschis şi receptiv, te asemeni unui fermier care îşi pregăteşte câmpul astfel încât recoltele să se poată dezvolta frumos.
Când faci loc pentru ceea ce te interesează, ţi se deschid oportunităţi. E posibil să afli că îţi place să lucrezi cu mâinile, dar că ai prefera să încerci să sculptezi în lemn în loc să pictezi. Sau hotărăşti că franceza nu este pentru tine, dar doreşti să explorezi alte culturi, oferindu-te să meditezi imigranţi la biblioteca publică, ceea ce ar putea duce, în cele din urmă, la alte lucruri: prieteni noi, o călătorie în străinătate, o schimbare de carieră. Fiind conştient de modul în care ţi se schimbă interesele în timp, nu vei fi blocat într-un domeniu - vei fi mai capabil să-ţi schimbi viaţa şi programul, pentru a face loc creşterii.
în loc să aderi la toate acele raţionamente de tip pot fi orice vreau să fiu, abordarea ta acum este nu ştiu încă ce pot deveni. Nu ai cum să ştii încotro te va duce acest lucru; este imposibil să ştii acum. Dar ceea ce afli despre tine şi ceea ce te entuziasmează nu va fi ceva abstract; vor fi cunoştinţe foarte concrete,

născute din experienţa practică. în timp, deschizi căi pe care nu ţi le-ai fi imaginat, din care apar opţiuni pe care nu le-ai fi văzut până acum. în timp, devii, de fapt, altă persoană.
Nu ai cum să-ţi planifici modul în care ţi se va desfăşură viaţa. Dar te poţi gândi să creezi condiţiile în care lucrurile să se poată mişca într-o anumită direcţie: condiţiile care permit o creştere bogată. Făcând toate aceste lucruri, nu eşti numai fermier. Eşti şi tot ceea ce înseamnă rezultatele muncii fermierului. Devii rodul muncii tale.

Ming Şi caracterul impredictibil al vieţii

în ciuda tuturor lucrurilor pe care le faci pentru a-ţi menţine viaţa deschisă şi a fi conştient, lucrurile nu ies întotdeauna bine. Poţi să candidezi pentru un post, să dai tot ce poţi la interviuri şi să fii respins în ultima rundă. îţi poţi pune sufletul pe tavă într-o relaţie, ca apoi să fii părăsit. Te poţi organiza să-ţi iei şase luni liber de la muncă pentru a călători, doar pentru a afla că tatăl tău este grav bolnav şi că trebuie să-ţi anulezi călătoria ca să fii alături de el în ultimele sale luni de viaţă. Acesta este tipul de lume pe care Mencius îl avea în vedere, foarte diferit de cel al discipolilor lui Mozi.
în lumea lui Mencius domneşte ming. Ming s-a tradus în multe feluri - poruncile Cerului, soartă sau destin. Dar pentru Mencius era un termen care făcea referire la împrejurările neprevăzute ale vieţii: evenimentele, bune sau rele, care au loc dincolo de controlul nostru. Ming explică faptul că şansa neaşteptată (ca de exemplu oportunitatea de promovare) şi tragediile (de exemplu, moartea) apar fără să le fi planificat sau fără să fi fost în intenţia noastră.
Ştim şi noi ce înseamnă ming: oamenii talentaţi se trezesc concediaţi şi nu- şi pot găsi o altă

slujbă. Persoana iubită decide, în mod inexplicabil, să ne părăsească. Prietenii buni mor din senin, lăsând în urmă copii mici, îndureraţi. Discipolul preferat al lui Confucius a murit tragic de tânăr. Mencius, vă amintiţi, a suferit o criză personală majoră la apusul vieţii, când conducătorul Qi a profitat de el. S-a luptat să accepte faptul că nu putem controla evenimentele care ne afectează profund. Cele mai bune planuri, deciziile luate cu cea mai mare atenţie, nu reprezintă niciodată o garanţie împotriva evenimentelor arbitrare, adesea tragice.

Presupunerea că lumea este stabilă ne conduce pe două căi acceptate cultural: credinţă fie în soartă, fie în liberul arbitru. Un fatalist ar putea considera că orice se întâmplă a fost sortit să fie aşa, indiferent dacă a fost predestinat de o zeitate sau de soartă; acesta se va strădui să accepte felul în care lucrează universul. Cineva care crede în liberul arbitru îşi închipuie că are control asupra propriului destin şi e posibil să-i fie greu să se lase îngenuncheat de tragedie. Confruntat, să spunem, cu un impas în carieră, divorţ sau moarte, s-ar putea să se prăbuşească sub sentimentul răspunderii sau ar putea să se călească şi să treacă repede peste orice. Toate cele de mai sus sunt reacţii pasive, pentru că neagă imprevizibilul vieţii.

Dar Mencius spunea despre ming: „Nu trebuie să fie niciodată soarta nimănui să moară în lanţuri”.

A muri în lanţuri înseamnă a nu reacţiona corespunzător în faţa evenimentelor din viaţa noastră. înseamnă să ne lăsăm reacţiile să fie controlate de lucrurile care ni se întâmplă. Fie că lăsăm tragediile să ne distrugă, fie că acceptăm ceea ce s-a întâmplat, ambele reacţii reprezintă echivalentul atitudinii de a sta sub

un perete care se prăbuşeşte şi de a spune apoi că aşa ţi-a fost scris, să fii ucis de acel perete. Există un alt mod de a reacţiona, acela care ne permite să ne modelăm propriul ming şi să ne construim propriul viitor. După cum ne spune Mencius, „Cel care înţelege cu adevărat propriul ming nu stă sub un perete care se prăbuşeşte. Cel care moare după ce şi-a împlinit calea şi-a corectat destinul”.
A trăi într-o lume schimbătoare înseamnă să acceptăm că nu trăim într-un cosmos moral stabil, care să răsplătească întotdeauna oamenii pentru ceea ce fac. Nu trebuie să negăm faptul că se petrec şi tragedii. Dar, în acelaşi timp, trebuie să ne aşteptăm mereu să fim surprinşi şi să învăţăm să lucrăm cu orice ne este dat. Dacă putem continua această muncă şi atunci când apar tragedii în viaţa noastră, putem începe să acceptăm lumea ca fiind imprevizibilă şi imposibil de înţeles perfect. Şi aici se află promisiunea unei lumi capricioase: dacă lumea noastră este cu adevărat fragmentată constant şi imprevizibilă, atunci ea reprezintă ceva la care putem lucra constant, pentru a o face mai bună. Putem aborda fiecare situaţie decişi să acţionăm în modul cel mai bun posibil, nu pentru ceea ce vom obţine din aceasta, ci pur şi simplu pentru a-i influenţa pe cei din jurul nostru într-un mod pozitiv, indiferent de rezultat. Putem să ne cultivăm cele mai bune trăsături şi să ne confruntăm cu această lume imprevizibilă, transformând-o în acelaşi timp.
Este o viziune foarte diferită de cea care implică întrebări măreţe, de genul „Cine sunt?” şi „Cum ar trebui să-mi planific viaţa?”. Facem eforturi permanente pentru a schimba lucrurile la nivel mic, de fiecare zi şi, dacă reuşim, putem construi în jurul nostru comunităţi

extraordinare în care oamenii să poată înflori. Şi chiar şi atunci continuăm să lucrăm. Munca noastră pentru a ne transforma pe noi şi pe ceilalţi în ceva mai bun, astfel încât lumea să fie mai bună, nu se încheie niciodată.
în faţa sorţii, nu trebuie nici să ne simţim distruşi, nici să vedem pur şi simplu partea bună. Cultul gândirii pozitive ne asigură că, indiferent cât de grea este situaţia în care ne aflăm, totul se va rezolva. Pericolul acestei abordări constă însă în aceea că ne face să devenim pasivi. Se vor întâmpla lucruri pe care nu le putem controla, dar putem alege să acţionăm: să ne îndepărtăm de peretele care cade, să reacţionăm la ming şi să ne construim viitorul în consecinţă.
Ming nu se referă numai la tragediile care ne lovesc. Se referă şi la lucrurile bune: o ocazie neaşteptată, şansa neprevăzută de a face un lucru care ne place foarte mult, întâlnirea întâmplătoare cu cineva care ne va schimba traiectoria întregii vieţi. Atunci când te cramponezi de un plan, rişti să-ţi scape astfel de lucruri. Şi apoi, când te trezeşti într-o bună zi în acel viitor, te simţi limitat de o viaţă care, în cel mai bun caz, reflectă numai pe cel care ai crezut că erai la un anumit moment dat.

Când putem renunţa la ideea că există linii directoare clare şi o lume stabilă, atunci ceea ce ne rămâne este inima-minte pentru a ne conduce. Inima-mintea este totul şi o dezvoltăm în fiecare zi prin relaţiile cu oamenii din jurul

nostru. Ne ajută să percepem corect lucrurile, să punem bazele creşterii şi să lucrăm cu ceea ce avem. Şi, făcând acest lucru, tot ceea ce ai crezut că eşti va începe să se schimbe. Vei găsi părţi ale tale despre care nu ştiai că există. Lumea pe care ai considerat-o la un moment dat stabilă, pe de altă parte, începe să arate ca o lume a unor posibilităţi infinite

.Despre influenţă. Lao Zi Şi generarea lumilor

închipuie-ţi că mergi printr-o pădure. Este o după-amiază minunată de vară, iar soarele străluceşte puternic printre frunzele de un verde viu. în depărtare, vezi un stejar maiestuos, care străjuieşte deasupra tuturor celorlalţi. Este atât de înalt, încât de abia îi vezi vârful. La mică distanţă, un lăstar firav creşte în umbra copacului înalt. Probabil vei considera copacul mai mare ca fiind puternic, de neclintit, maiestuos, iar pe cel mic, fragil şi vulnerabil. Dar când vine o furtună, pădurea va fi plină de crengi mari rupte. Stejarul ar putea să nu supravieţuiască vântului, ploii şi fulgerelor unei furtuni teribile, în cele din urmă, se va prăbuşi la pământ, iar lăstarul va rămâne intact. De ce? Pomişorul s-a plecat şi s-a lăsat în voia vânturilor; flexibil şi delicat, stă drept din nou,

după ce a trecut furtuna. însăşi slăbiciunea sa i-a permis să reziste.

* * *

Adesea presupunem - pentru că aşa ni s-a spus - că pentru a avea influenţă, trebuie să fim puternici şi tari ca stejarul din pădure. Trebuie să ne afirmăm în mod convingător şi chiar să-i facem pe alţii să se plieze după cum vrem

Dar există o altă reţetă pentru influenţă care se găseşte în textele filosofice chineze, ca de exemplu Lao Zi, cunoscut şi sub denumirea de Dao De Jing. Aceasta derivă din aprecierea puterii pe care o are slăbiciunea aparentă, din înţelegerea capcanelor pe care le presupune diferenţierea şi din perceperea lumii ca fiind interconectată. în loc să considerăm că puterea vine din forţa care triumfa asupra forţei, putem înţelege că adevărata putere vine din înţelegerea legăturilor dintre lucruri, situaţii şi persoane cu totul diferite. Acest lucru rezultă dintr-o înţelegere a ceea ce Lao Zi numeşte Dao, sau „Calea". Lăstarul triumfa pentru că este aproape de Cale.

Dar un lăstar este, până la urmă, doar un lăstar. Se leagănă în vânt şi creşte fără a avea conştiinţa acestui lucru. Noi, oamenii, putem face mult mai mult. Suntem capabili nu numai să înţelegem legăturile, ci şi să facem altele noi, pentru a crea realităţi şi lumi cu totul noi. Fiind arhitecţii acestor lumi, devenim puternici.

Lao Zi Şi Calea

Lao Zi, filosoful chinez căruia i se atribuie lucrarea Lao Zi, este o figură misterioasă. Nu ştim când a trăit şi nu este sigur dacă Lao Zi era măcar numele unei persoane reale. Lao Zi în chineză înseamnă pur şi simplu „bătrân maestru", un termen generic, care ar putea să se refere la oricine. Dar în erele următoare, oamenii au încercat să definească autorul acestui text captivant. în cele din urmă, a fost

descris ca fiind un mare înţelept care a trăit chiar înaintea lui Confucius; unele povestiri fantastice spuneau că a trăit trei sute de ani, iar altele chiar pretindeau că, în cele din urmă, a călătorit în India, unde a fost cunoscut drept Buddha. Lao Zi a fost cunoscut şi ca fondator al unei şcoli filosofice - şi ulterior al unei întregi mişcări religioase - numite daoism. O legendă îl descrie pe Lao Zi ca pe o adevărată zeitate, un zeu care a făcut cosmosul şi ale cărui revelaţii s-au materializat în cele din urmă în lucrarea Lao Zi.

Dar Lao Zi nu a pus bazele daoismului: termenul „daoism” nu a fost inventat decât la câteva secole după scrierea lucrării Lao Zi. Motivul pentru care Lao Zi a fost retrospectiv considerat fondator al daoismului este faptul că în text se fac frecvente referiri la Cale. Majoritatea dintre noi, dacă au auzit de Cale, au o noţiune vagă despre ce anume înseamnă ea. Gândeşte-te la pictura unui peisaj chinezesc: pensula şi tuşul pictează cu măiestrie imaginea unor munţi învăluiţi în ceaţă, punctaţi discret cu copaci şi cu o persoană întâmplătoare, aproape prea mică pentru a o distinge: un pelerin care îşi află consolarea în vastitatea lumii naturale. În Occident, tindem să interpretăm aceste picturi ca ilustrând încercarea omului de a părăsi societatea şi de a găsi armonia în natură. Aceste picturi par să portretizeze o lume imuabilă, la care oamenii trebuie să se adapteze pentru a atinge calmul interior şi liniştea spirituală.

Aşa este percepută Calea de obicei: ca un ideal care se află „acolo”; perfecţiunea naturală care există dincolo de noi şi cu care trebuie să reintrăm în armonie. Pentru mulţi, Lao Zi pare să cheme înapoi, într-o „epocă de aur” cvasimistică, în care viaţa era mai pură şi mai

simplă, iar oamenii erau ca pelerinul din tablou: în armonie cu lumea naturală, capabili să accepte lucrurile aşa cum sunt, şi aproape de Cale.
Totuşi, această interpretare datează din secolul al XlX-lea, când Occidentul s-a declarat modern, iar Orientul, opusul său. Are mai multă legătură cu idealizarea de azi a ceea ce considerăm a reprezenta noţiuni tradiţionale chinezeşti despre armonie şi linişte, decât cu conţinutul propriu-zis al Lao Zi.
Lao Zi nu ne spune să urmăm pur şi simplu un tipar armonios care se află undeva, „acolo", şi la care putem ajunge mai simplu mergând într-un pelerinaj sau revenind la caracteristicile unei Antichităţi primitive. Nu ne spune să ne străduim să fim toleranţi şi senini. Ne învaţă o noţiune total diferită: că această Cale este un lucru pe care îl putem genera activ noi înşine, aici şi acum. Fiecare dintre noi are potenţialul de a deveni eficient şi de a influenţa transformarea lumii în care trăieşte. Putem recrea Calea.

Recrearea Căii

Pentru Lao Zi, Calea este starea originară, inefabilă, nediferenţiată care precedă totul. Este:

un lucru abia început şi complet, născut

înaintea Cerului şi pământului.

De aici apare tot ce există în cosmos şi aici se întoarce tot ce există în cosmos.
Şi există la multe niveluri. La nivel pământesc, Calea este înrudită cu pământul. Gândeşte-te la un fir de iarbă care creşte din pământ. Pe măsură ce creşte, devine mai distinct şi mai diferenţiat, şi pe măsură ce creşte mai înalt, este mai depărtat de Cale. Din acest motiv, un pomişor este mai aproape de Cale decât un

stejar matur. Dar când toate aceste lucruri care cresc din pământ mor, se întorc din nou în pământ, sau la Cale:

Lucrurile nenumărate devin active Şi atunci eu

le urmăresc cum se întorc. Lucrurile sunt

infinite la număr şi diferite, Dar fiecare se

întoarce la rădăcinile sale.

La un nivel mai apropiat de cel cosmic, Calea este asemănătoare cu ceea ce fizicienii moderni spun că ar fi existat înainte de Big Bang, înainte să apară stelele şi galaxiile, iar cosmosul să devină diferenţiat. După Big Bang, cosmosul a devenit o serie de elemente diferenţiate, guvernate de legile spaţiului, timpului şi cauzalităţii. Acestea sunt legi care ne par firești şi considerăm că nu le putem schimba sau controla. Este un univers în care pur şi simplu trebuie să trăim. La un anumit moment, conform teoriei, toate aceste lucruri diferenţiate se vor întoarce încă o dată în neant.

Dar la nivelul cel mai măreţ dintre toate, Lao Zi se concentrează asupra locului de unde vine totul, în fiecare moment, înainte de a se diferenţia. El compară Calea cu o mamă care dă naştere „unei multitudini de lucruri” - adică la tot ceea ce există în univers. Fiecare lucru din univers este la început delicat şi suplu. Acele lucruri nenumărate, când apar pentru prima dată, sunt ca nişte copii. Ca un lăstar sau un fir de iarbă, sunt delicate şi suple, pentru că încă se află atât de aproape de Cale. Dar pe măsură ce trece timpul, devin mai rigide şi mai diferenţiate de restul.

Cu cât vedem mai mult lumea ca fiind diferenţiată, cu atât ne îndepărtăm de Cale. Cu

cât vedem mai mult lumea interconectată, cu atât ne apropiem mai mult de Cale, pentru că putem valorifica forţa supleţei şi a slăbiciunii. Nu putem genera legi naturale noi pentru univers. Dar Calea nu înseamnă doar lucruri care se întâmplă la nivel cosmic. La nivelul cel mai lumesc al vieţilor noastre de fiecare zi, apar situaţii noi permanent, şi fiecare dintre acestea este ca o lume în miniatură ce apare din Cale. Dacă înţelegem procesul prin care lucrurile ies la lumină din Cale, atunci în loc să trăim pur şi simplu în toate aceste situaţii şi lumi, câştigăm puterea de a le schimba, în lumile noastre sociale, putem genera cu succes noi interacţiuni, circumstanţe şi înţelegeri. Când înţelegem cum să facem acest lucru, putem deveni ceva mai mult decât copiii, putem deveni mai asemănători mamelor. Dăm naştere unor noi realităţi:

Tot ce se află sub Cer a avut un început.

Poate fi considerat mama tuturor lucrurilor

care se află sub Cer. După ce am găsit mama, îi

putem cunoaşte fiii.

Odată ce ai cunoscut fiii, poţi să te întorci şi să

te prinzi zdravăn de mamă.
Până la sfârşit, nu se va întâmpla nimic rău.
în loc să fim doar unul dintre infinitele elemente care plutesc liber în univers, atunci când înţelegem cum funcţionează lumea putem câştiga în fapt puterea de a recrea Calea tot timpul, în fiecare moment.

Distincţii false

Pentru a recrea Calea în toate situaţiile din viaţa noastră, trebuie să recunoaştem măsura în care distincţiile de care sunt pline

experienţele noastre sunt, în realitate, false. De exemplu, mulţi oameni care sunt familiarizaţi cu filosofiile asiatice află că acestea susţin un fel de separare sau detaşare; că pentru a atinge iluminarea mistică, să spunem, trebuie să ne lăsăm în urmă viaţa obişnuită şi să ne îndreptăm către munţi. Doar atunci când ne-am eliberat de existenţa noastră lumească putem realiza contopirea cu Calea, meditând pentru a atinge extazul interior şi înţelegerea de sine. Poate ai un prieten care s-a retras undeva pentru a medita în linişte timp de zece zile. Poate ţi-ai dorit de mult să-ţi laşi în urmă viaţa de zi cu zi şi să faci o drumeţie pe un traseu din Munţii Apalaşi. Poate abia aştepţi să faci o plimbare lungă pe plajă sau să mergi la şedinţa săptămânală de yoga. Dar toţi aceia dintre noi care fac drumeţii, care merg în locuri izolate şi cărora le place să mediteze trebuie să se întoarcă la viaţa lor obişnuită, lăsând în urmă scurta senzaţie de conectare profundă cu lumea.

Majoritatea dintre noi au viaţa împărţită în teritorii atât de drastic diferite - muncă şi relaxare, profesional şi personal, mistic şi practic, zile de lucru şi weekend -, încât nu este surprinzător faptul că ne vedem vieţile ca fiind divizate. O plimbare în pădure în timpul weekendului pare total desprinsă de activitatea de la birou de luni dimineaţă. Deşi pauzele de weekend ne încarcă cu energie, iar efectele continuă o perioadă, acestea există într-un domeniu din afara vieţii noastre reale din cursul săptămânii.

Dar parcelându-ne viaţa şi crezând că aceste aspecte ale vieţii noastre nu au legătură unele cu altele limităm ceea ce suntem capabili să facem şi să devenim. Lao Zi ar spune că nu numai că iluminarea mistică şi viaţa noastră de

fiecare zi sunt în legătură una cu alta, ci şi că, separându-le, le- am înţeles total greşit pe amândouă.
Deşi considerăm că o plimbare înviorătoare în weekend prin păduri este un mod de a ne reconecta la lume şi cu noi înşine, această atitudine ne conduce la o desprindere şi mai mare de amândouă. Trebuie să ne gândim altfel la zilele din cursul săptămânii. Calea nu este un lucru la care ajungem plimbându-ne prin pădure în weekend. Este un lucru pe care îl materializăm în mod activ prin interacţiunile noastre zilnice.
Facem distincţii şi în alte domenii ale vieţii noastre. Ambiţiile şi obiectivele noastre ne aduc în situaţia de a ne vedea în concurenţă cu cei din jurul nostru, despărţindu-ne de aceştia. Sau putem avea convingeri morale puternice; siguranţa noastră că avem puncte de vedere absolut corecte în ceea ce priveşte religia oficială sau testarea standardizată, avortul sau eutanasia ne pot face mai puţin receptivi la perspectivele altora, ridicând ziduri de netrecut între noi şi ceilalţi.
Din nou, distincţiile de orice fel sunt împotriva Căii. Aşa cum ne învaţă Lao Zi, distincţiile implică pericole, chiar şi cele care par morale şi corecte:

Atunci când ne lepădăm de marea Cale, apare

noţiunea de bunătate şi de cuviinţă. Atunci

când apar înţelepciunea şi deşteptăciunea,

apare un mare artificiu.
Lao Zi respinge toate distincţiile cu atâta hotărâre, încât consideră chiar şi învăţăturile canonice confucianiste - bunătate, înţelepciune - ca fiind periculoase datorită modului în care

acestea implică imediat distincţii. A aspira la bunătate înseamnă să accepţi imediat posibilitatea existenţei opusului acesteia în lume. Acest mod de gândire ne îndepărtează de Cale, o stare în care totul este în legătură, fără nici un fel de distincţii.

Avem tendinţa de a citi chiar Lao Zi într-un mod detaşat, diferenţiat. Este o lucrare extrem de populară, una dintre cele mai traduse din lume şi totuşi oamenii, în mod aproape invariabil, o citesc în multe feluri diferite: ca pe un text extraordinar de filosofie mistică, sau ca pe un text despre strategia politică, dezvăluind secretele unor mari conducători, ca pe un manifest al artelor marţiale sau ca pe un ghid de afaceri. Chiar dacă fiecare dintre aceste interpretări este corectă într-un anumit sens, toate sunt limitate. Dacă citeşti textul ca fiind o lucrare importantă privind filosofía mistică, te concentrezi asupra pasajelor cu notă mistică despre Cale şi le ignori pe cele privind modul în care să devii un lider eficient. Dacă citeşti cartea ca pe un ghid despre cum să devii un lider important, respingi pasaje precum „Spiritul văii nu moare", considerându-le complicate şi irelevante. Până la urmă, a deveni un înţelept mistic nu este complet incompatibil cu a deveni un lider important?

Dar a citi Lao Zi numai ca pe un ghid despre leadership sau ca pe un text mistic înseamnă să vezi numai o parte a tabloului. Un înţelept mistic şi un lider nu sunt de fapt două lucruri complet diferite. înţeleptul mistic este şi un lider eficient; liderul eficient este un înţelept mistic. Dacă nu citim aceste pasaje aparent incompatibile ca fiind corelate, lăsăm să ne scape o parte crucială a argumentului lui Lao Zi: acela că suntem cei mai eficienţi atunci când ne abţinem să vedem acest text, pe noi înşine şi lumea ca fiind separate şi distincte.

INR02133TIV

Putem încerca să înţelegem la nivel cognitiv ideea de conectare, dar cum funcţionează, mai exact, în practică evitarea falselor dihotomii? Să analizăm aceste exemple extrem de lumeşti în care, fără să ne dăm seama, facem un lucru Lao Zian.
închipuie-ţi că ai de-a face cu un şef dificil la muncă: o persoană exigentă şi foarte energică. Pare să aibă aşteptări iraţionale de la tine şi, cu toate acestea, nu-ţi oferă feedbackul sau îndrumarea de care ai nevoie. Dar dacă începi prin a încerca să-ţi dai seama ce se află în spatele comportamentului său faţă de tine, poţi găsi o modalitate de a deplasa întreaga relaţie într-o altă direcţie. Chiar dacă se poartă arogant şi autoritar cu tine, de exemplu, acest lucru este adesea explicat prin nesiguranţă. Observând cu răbdare imaginea de ansamblu, poţi analiza dacă există ceva în legătură cu tine care generează acea insecuritate: poate ai o competenţă care îi lipseşte lui sau o slăbiciune pe care consideră că o poate exploata. Ce anume faci, fără să-ţi dai seama, care alimentează acea dinamică şi cum ai putea proceda diferit? Poate vei observa că este deosebit de invidios sau dificil în comportament după ce ai ţinut o prezentare deosebită - chiar dacă el este cel care ţi-a cerut acest lucru. Dar, bineînţeles, a te ţine deoparte astfel încât să nu se simtă el ameninţat nu este o soluţie. Pentru a continua să ai rezultate bune fără a-i trezi sentimentul de concurenţă, înaintea următoarei prezentări ai putea încerca să-i ceri sfatul privind un aspect minor al acesteia, astfel încât să te perceapă ca pe o persoană care încearcă să înveţe din marea sa experienţă. Astfel de lucruri te ajută să schimbi relaţia încet şi în mod deliberat în timp, făcându-l pe acesta să se simtă mai puţin ca o persoană mai în vârstă

aflată în pericol de a fi uzurpată de un subordonat deştept şi promiţător şi să se simtă mai mult ca un mentor cu experienţă, care îşi ajută un coleg să se dezvolte şi să crească. Sau să presupunem că eşti părinte, şi cei trei copii ai tăi s-au întors de la şcoală într-o zi de iarnă. Doi dintre ei se ciorovăiesc, iar atmosfera din sufragerie este tensionată. Ai putea să-i rogi să fie cuminţi, risipind în acest timp disputa. I-ai putea mitui, le-ai putea distrage atenţia, sau i-ai putea trimite pur şi simplu la ei în cameră. Dar, în loc să reacţionezi direct la ceartă - o strategie care ar presupune imediat să faci distincţii şi să creezi scindări -, poţi fi eficient dacă încerci să înţelegi ce anume se întâmplă între toţi, iar apoi să modifici atitudinea din încăpere pentru a schimba ceea ce se petrece. Aceasta înseamnă să priveşti dincolo de emoţiile prezente (irascibilitate şi supărare), pentru a înţelege emoţiile care se află la baza tuturor acestor lucruri: poate fiica ta se poartă aşa pentru că-i lipsesc prietenii de la şcoală, sau fiul tău se simte ignorat pentru că ai fost cu
gândul departe toată dimineaţa. Respiri adânc şi îţi pui în aplicare atitudinea calmă, inflexiunile blânde ale vocii, limbajul trupului care oferă siguranţă, pentru a crea o atmosferă diferită. Când cobori la nivelul lor şi sesizezi cu adevărat ceea ce simt, devine mai uşor să începi să înţelegi ce ai putea face pentru a reuşi să scoţi în relief o altă latură a unuia dintre copii, ceea ce la rândul său va modifica dinamica dintre el şi ceilalţi. Reuşeşti să abordezi întregul context din spatele situaţiei. Sau poate ai un adolescent care s-a închis faţă de tine. Te întrebi cum ai putea avea mai multă influenţă asupra vieţii sale fără să fii dictatorial, fiindcă asta l-ar îndepărta şi mai

mult. Dacă simte legătura dintre voi, în loc să se gândească la voi doi ca fiind în dezacord, va reacţiona în măsură mai mare la eforturile tale. Fiind conştient de necesitatea de a construi acea legătură în timp pentru a reuşi să ai o influenţă, începi să-ţi dai seama de ceea ce poţi face: să-i transmiţi mai des SMS-uri; să ai discuţii naturale şi fără prejudecăţi despre muzica lui preferată sau să-ţi faci timp în mod regulat pentru a face lucruri care-i plac cu adevărat. Introduci noi ritualuri în sens confucianist: ritualuri ca-şi-cum, care modifică această dinamică nesănătoasă şi oferă oportunităţi pentru amândoi de a relaţiona în alt fel. Făcând acest lucru, creezi un nou statu-quo pentru interacţiunile voastre. Ceea ce faci este Lao Zian prin faptul că nimeni altcineva nu-şi dă seamă de ceea ce ai făcut. Schimbarea trebuie să fie insesizabilă.
Atunci când scopul tău este să reconectezi lucruri, emoţii şi oameni diferiţi, în loc să abordezi problema evidentă în mod direct, începi să realizezi cum să schimbi contextul şi relaţia, atât în momentul prezent, cât şi pe termen lung. înţelegi mai bine ce ar putea fi de făcut pentru a construi o relaţie care să funcţioneze cu şeful tău capricios, pentru a scoate în relief legăturile dintre copiii care se ceartă sau pentru a începe să te apropii de fiul adolescent distant. Dacă ai fi abordat toate aceste situaţii gândindu-te în primul rând la o tactică de abordare directă a problemei, ţi-ar fi scăpat răspunsul. Acţiunile tale - confruntare, convingere prin linguşiri, mituire, ceartă, amăgire, atitudine dictatorială sau intruziune - ar fi creat distincţii între tine şi cei cu care interacţionai, antrenându-te într-o luptă pentru putere care ar fi adâncit diferenţele.

Desigur, toate acestea sunt lucruri de bun-simţ. Ştim că dacă le abordăm direct pe persoanele dificile există puţine şanse de a avea relaţii mai bune cu acestea. Ştim că tehnicile bune de parenting includ calmarea propriei persoane, calmarea celorlalţi şi împiedicarea propriului stres să amplifice stresul deja prezent. Dar motivul pentru care abordarea Lao Ziană funcţionează nu este doar acela că eşti mai puţin direct sau că toată lumea se calmează. Funcţionează pentru că reconectezi activ lucrurile şi pe aceşti oameni diferiţi, în moduri noi. Aceste legături diferite pe care le faci creează un mediu diferit. Netezeşti distincţiile care te-au despărţit de ceilalţi.

Anumiţi factori guvernează modul în care acţionează oamenii într-o situaţie dată. înţelegerea îţi conferă un anumit grad de influenţă, ajutându-te să sesizezi întreaga situaţie, dar şi mai multă putere îţi vine din faptul că eşti cel care începe să genereze situaţii cu totul noi. Apoi ceilalţi acţionează în cadrul scenariului pe care l-ai creat, fără să realizeze că tu l-ai generat.

Reţine că pentru Lao Zi totul apare din Cale. Ajutând la generarea anumitor rezultate în jurul tău, nu doar urmezi Calea. Restabilind atitudinea din încăpere şi recalibrând relaţiile din viaţa ta, literalmente devii Calea.

Puterea rezidă în slăbiciune

Slăbiciunea învinge puterea, Blândeţea învinge duritatea.

Atunci când persistăm în a percepe lumea ca pe o adunătură de lucruri complet diferite (această încăpere, acel câine, cana mea, cartea ta, tu, eu, ei), ne înstrăinăm de Cale. Dacă, din contra, sesizăm modul în care totul este interconectat şi apreciem felul în care, paradoxal, există mai multă putere în

slăbiciune, vom înţelege cum funcţionează influenţa.

Poate părea deconcertant; de fapt, cultura noastră pune foarte mult accent pe ambiţie şi putere. Nu e de mirare că sfârşim prin a crede, la un anumit nivel, că modul cel mai eficient de a „avansa" este să o luăm înaintea persoanei următoare. în lipsa măcar a unui grad de competitivitate, ne temem să nu rămânem în urmă.

Şi aici avem tendinţa de a cădea într-o falsă dihotomie: ambiţie versus pasivitate, voinţă şi forţă versus slăbiciune. De fapt, deşi mulţi dintre cei care citesc Lao Zi cred că acesta ne învaţă să ne debarasăm de orice ambiţie şi să fim pasivi şi slabi, lucrurile nu stau deloc aşa. *Lao Zi susţine în mare măsură realizarea schimbărilor, dar oferă o cale alternativă pentru a face acest lucru. Modul în care ne manifestăm în mod tipic ambiţia este prin impunerea voinţei proprii. Acest lucru ne face să întrecem măsura, să ne concentrăm asupra unor lucruri greşite şi să creăm condiţiile favorabile propriei căderi. Concepţia noastră despre ambiţie şi modul în care o punem de obicei în practică înseamnă, de fapt, distrugerea noastră.*

Atunci când facem pe grozavii, când încercăm să câştigăm putere impunându-ne voinţa asupra altora, problema nu este că ne vom confrunta cu un eşec. Putem cunoaşte succesul, chiar pentru o perioadă lungă. Dar măsura în care reuşeşti se bazează numai pe cantitatea de putere efectivă pe care o ai asupra oamenilor pentru a-i face să cedeze. în final, le va displăcea profund acest lucru şi vor căuta moduri de a-ţi înfrânge puterea. Poate cel mai important lucru este acela că e nevoie de o singură persoană care să înţeleagă natura reală a puterii pentru a te înfrânge. A fost nevoie

doar de un Mahatma Gandhi pentru a termina cu Imperiul Britanic, în 1947.
Gândeşte-te la Rosa Parks, femeia de 42 de ani din Montgomery, Alabama, care, în 1955, la sfârşitul unei lungi zile de muncă într-un mare magazin, a refuzat să cedeze locul în autobuz unui pasager alb. După cum îşi amintea Parks, a simţit cum o învăluie o hotărâre bruscă, „precum o plapumă într-o noapte de iarnă”, şi a ales acel moment ca să refuze să se mişte. Această persoană individuală a înţeles nu numai că era momentul potrivit pentru a acţiona. A sesizat că o reacţie calmă ar fi mai eficientă decât una agresivă.
Strategia ei - să stea liniştită - i-a inspirat pe activiştii din comunitatea sa să strângă rândurile în spatele ei în cadrul unei mişcări pentru egalitate.
Gândeşte-te cine este cel mai eficient la locul de muncă: certăreţul biroului, care îşi arată muşchii mereu, încercând să-i domine pe toţi ceilalţi, sau cel care este receptiv la emoţiile celorlalţi, la modul în care primesc aceştia situaţiile, care apelează la umor şi la râs pentru a se conecta şi care rămâne permanent conştient de atmosfera locului. Gândeşte-te la profesorii pe care i-ai avut în copilărie. Cine era mai eficient în clasă: profesorul care vorbea foarte tare şi care folosea ameninţări pentru a intimida pe toată lumea? Sau cel care făcea întreaga clasă să fie armonios prezentă prin folosirea judicioasă a liniştii şi a unor mici strategii, ca de exemplu atragerea atenţiei unei clase neatente prin intermediul unei voci calme, liniştite, joase? Desigur, înţelegem care persoană are cea mai mare influenţă în final. Dar cât de des aplicăm aceste principii în cazul propriului comportament?

INR02133TIV

Adevărata putere nu se bazează pe forţă şi dominaţie. Forţa şi dominaţia ne fac incapabili să relaţionăm cu ceilalţi şi cu lucrurile din jurul nostru. în momentul în care vedem lumea ca pe o sumă de raporturi clare de forţă, în momentul în care ne-am diferenţiat de ceilalţi - fie impunându-ne voinţa, fie prin competitivitate sau înstrăinare -, am pierdut Calea.
Putem vedea cum funcţionează acest lucru la multe niveluri. Să presupunem că eşti atacat de cineva care încearcă să te lovească. Credem că ştim reacţia corectă: să-l lovim şi noi, mai tare decât ne-a lovit el. Dar dacă înţelegi cum trebuie Calea, faci opusul acestui lucru. Ştii că persoana care te-a atacat, în mod inevitabil, la un moment dat, se va forţa din cale-afară. Cea mai bună şansă a ta este să încerci să te menţii în linişte conştient de cealaltă persoană şi să ghiceşti momentul precis în care va avea loc acea sforţare. Acesta este momentul în care acţionezi şi ataci, exploatând slăbiciunea oponentului tău; energia sforţării sale este cea care te ajută să ai câştig de cauză în faţa lui. Acest concept stă la baza judoului şi a altor arte marţiale. în terminologia lui Lao Zi, ai folosit slăbiciunea împotriva forţei.
Oricine încearcă să te domine, prin definiţie face distincţii şi acţionează împotriva Căii. Slăbiciunea, aşa cum este folosit termenul în Lao Zi, se
bazează, din contră, pe conectare, percepere şi unificare a aspectelor disparate: aici rezidă puterea.

Cei care vor să ia tot ce este sub Cer şi să şi-l

însuşească - văd că vor face asta în van. Tot

ceea ce este sub Cer este un vas divin, şi nu

poate fi însuşit de cineva.

Cei care îşi însuşesc acest lucru îl distrug. Cei

care îl apucă strâns îl pierd.

La începutul secolului al XlX-lea, Napoleon al Franţei crea cea mai puternică armată care a existat vreodată în lume şi cel mai puternic imperiu european de la epoca romană şi până la acea dată. Ambiţios şi însetat de putere, împăratul a decis să invadeze Rusia.

Sigur, generalii ruşi nu citiseră Lao Zi, dar în mod clar înţelegeau principiile care stăteau la baza viziunii prezentate aici despre putere şi slăbiciune. Când Napoleon le-a invadat ţara, nu au încercat să opună puterii puterea lor. S-au retras. Când armatele franceze au înaintat mai adânc în inima Rusiei, armatele ruse au continuat să se retragă. Francezii au înaintat din ce în ce mai adânc în teritoriile ruse. Armata franceză a reuşit să ajungă până la periferia Moscovei. în acest moment, generalii ruşi s-au retras din nou, părăsind oraşul, arzând clădirile importante şi luând cu ei toate alimentele. în septembrie 1812, Napoleon a cucerit Moscova şi s-a declarat conducătorul Imperiului Rus - cea mai măreaţă figură din întreaga istorie a omenirii. I-a transmis ţarului rus, Alexandru I, o serie de condiţii de capitulare. Ţarul nu a reacţionat în nici un fel. S-a instalat iarna. în oraş nu se găseau nici un fel de alimente, iar proviziile şi alte materiale nu puteau fi aduse din cauza iernii aspre din Rusia. Cea mai mare armată pe care o văzuse vreodată Europa a început să fie decimată de foame. înţelegând tragedia care era pe punctul de a se produce, Napoleon nu a avut altă

variantă decât să se retragă. Vremea s-a înrăutăţit. Până când ceea ce mai rămăsese din armată a reuşit să se întoarcă pe teritoriul Franţei, numărul de jumătate de milion de soldaţi se redusese la câteva mii. Astfel s-a sfârşit Imperiul Francez.
Ceea ce merge împotriva Căii cunoaşte un sfârşit timpuriu.

Lumea care pare naturală

Să presupunem că ai avut o zi foarte proastă şi că te simţi total epuizat. Nu ai dormit bine în noaptea de dinainte pentru că ai avut de pregătit două prezentări pentru serviciu, iar fiica ta ţi-a amintit la zece seara că avea nevoie de materiale pentru proiectul de a doua zi de la şcoală. Ai avut o şedinţă după alta toată ziua şi acum e ora trei, nu ai mâncat altceva decât ciocolată şi urmează o şedinţă pe care ai programat-o cu trei săptămâni în urmă, când credeai că o să ai timp pentru ea. De fapt, te-ai oferit să conduci şedinţa. Eşti iritat doar gândindu-te la această obligaţie în plus.
Aşadar, ce urmează să se întâmple? Te-ai putea repezi la şedinţă, chinuit, stresat şi furios pe viaţa ta ca o oală sub presiune, ca să o bifezi pe listă. Ceilalţi participanţi la şedinţă ar începe să asimileze stresul, furia şi epuizarea ta. Ai putea începe să faci recomandări, dar ceilalţi probabil s-ar opune, din cauza atmosferei tensionate din încăpere. Ar putea apărea conflicte minore aproape fără legătură cu ceea ce ai sugerat. întreaga şedinţă ar deveni scena neplăcută a unui conflict, iar tu ai pleca cu o stare şi mai proastă decât înainte.
Cu toţii am asistat probabil la astfel de şedinţe, în care fluxurile de resentimente şi stări negative sfârşesc prin a submina situaţia. De fapt, majoritatea dintre noi au avut această experienţă în viaţă. Se întâmplă atunci când ne vedem ca fiind separaţi de ceilalţi şi lăsăm

nefericirea noastră să se strecoare în experienţa lor, fără să ne dăm măcar seama de acest lucru.
De fapt, Lao Zi este cât se poate de exact referitor la cine va avea cea mai mare influenţă într-o situaţie dată: cel care practică nonacţiunea (wu-wei), ceea ce în Lao Zi înseamnă cel care pare că nu se mişcă şi nu acţionează, dar, de fapt, este foarte, foarte puternic. Aminteşte-ţi de generalii ruşi care l-au atras pe Napoleon din ce în ce mai aproape de capcana lor. Cei care practică nonacţiunea par să nu acţioneze. Dar, în realitate, conduc totul.
Iată un scenariu alternativ, unul în armonie cu Calea. Să revenim la şedinţa pe care te-ai oferit să o conduci. Este aceeaşi situaţie: ai avut o zi grea, frenetică, şi iată încă o obligaţie peste atât de multe altele.
Te repezi către uşa sălii de conferinţe. Dar, de data aceasta, înainte de a intra, te opreşti, respiri adânc şi te calmezi. Te linişteşti, coborându-ţi nivelul de stres şi de furie, şi ajungi în acel loc în care poţi vedea totul ca fiind nediferenţiat. Atunci când te linişteşti, te apropii de Cale.
Atunci, şi numai atunci, după ce ai căpătat o senzaţie de linişte, intri în încăpere. Sesizezi imediat atmosfera din încăpere şi prezenţa tuturor oamenilor care se află acolo, în întreaga lor complexitate. Poţi intui că unii sunt stresaţi, alţii sunt indiferenţi, iar alţii sunt bucuroşi că se află acolo. Acum treaba ta este să-i ajuţi pe toţi aceşti oameni diferiţi să ajungă la un acord, astfel încât şedinţa să fie productivă. Fără a spune un cuvânt, dintr-o simplă privire, i-ai măsurat în linişte pe cei din jurul tău.

INR02133TIV

Când te aşezi, nu urli: „Aşa, acum fiţi foarte atenţi, iată ce urmează să facem!” Nu, pur şi simplu te aşezi liniştit, emanând calm. Bineînţeles, ai o ordine de zi; o serie de obiective. Ştii cum vrei să se desfaşoare lucrurile. Dar, în loc să-ţi prezinţi poziţia direct şi cu tărie, obţii răspunsuri din partea grupului. Pui câteva întrebări, scoţi în evidenţă câteva puncte şi, prin tonul cordial pe care-l foloseşti, prin cuvintele pe care le alegi şi modul în care îi priveşti pe oameni, creezi o atmosferă care îi face pe toţi să urmeze făgaşul dorit de tine. Pe măsură ce alţi participanţi încep să vorbească, modul calm, interesat, comunicativ în care le răspunzi scoate la iveală alte gânduri. Oamenii încep să se înţeleagă bine unii pe alţii. încep să îşi comunice idei unul altuia şi apar planuri pe care tu le modelezi, încurajându-le sau descurajându-le prin intermediul comunicării nonverbale: zâmbete, încruntaturi, aprobări din cap.

Fără îndoială, tu te afli la comandă. Dar, datorită modului în care stai şi stabileşti contact vizual cu oamenii, modului în care-ţi exprimi entuziasmul pentru ideile lor cu un ton plăcut, colegii tăi nu-şi dau seama de măsura în care conduci ordinea de zi. încet, se formează un consens, pe măsură ce fiecare se conectează în cadrul unui set de planuri.

Când se încheie şedinţa, e posibil ca restul participanţilor să plece gândindu-se: O, şedinţa asta a mers chiar foarte bine; a părut să se desfaşoare lin, de la sine. Dar, în realitate, tu ai fost cel care a condus-o. Ai schimbat atmosfera încăperii complet, prin acţiunile tale - acţiuni care au materializat principiul nonacţiunii. Uşor, subtil, ai creat o lume în care cu toţii erau conectaţi, încântaţi de ideile exprimate, până când ceea ce a rezultat la sfârşit a fost, în mod

sigur, mai bun decât orice ar fi putut propune oricare dintre ei la început, şi totuşi diferit de ceea ce oricare dintre ei s-a gândit că ar dori să facă atunci când a intrat în încăpere. Ai condus urmând. Şi făcând acest lucru, ai fost Calea. Când devii înţelept, nu numai că simţi bine oamenii. Prin blândeţea şi supleţea ta la fiecare întâlnire, fie cu familia, fie cu prietenii, fie cu colegii, generezi o lume în jurul tău. Poţi modifica felul în care gândesc şi simt alţi oameni prin intermediul micii lumi pe care ai creat-o.

Adevărata influenţă nu se găseşte în forţa sau voinţa făţiş exprimate. Vine din crearea unei lumi ce pare atât de naturală, încât nimeni nu o pune sub semnul întrebării. Acesta este modul în care un înţelept Lao Zian exercită o influenţă enormă.

Lao Zianul ca lider

Atunci când realizările lui sunt duse la bun sfârşit, şi sarcinile încheiate, oamenii spun: „Suntem astfel în modfiresc”.

Puterea trainică a scrierii Lao Zi rezidă în potenţialul său de a ajuta oamenii să ajungă să aibă infinit mai multă influenţă prin blândeţe decât prin duritate; prin conectare decât prin dominare. Dar ceea ce face o persoană să fie atât de eficientă în sensul Lao Zian este capacitatea de a genera o lume care pare atât de firească, încât nu ne putem imagina că a fost vreodată altfel, chiar dacă este nou inventată. Puterea şi eficienţa, prin urmare, nu rezultă din acţiunea directă sau din tactici făţişe, ci din pregătirea terenului pentru apariţia unei realităţi cu totul diferite. Acesta este modul în care poţi modela lucrurile la scară mică. Acesta poate fi, de asemenea, modul în care poţi face schimbări care să transforme întreaga lume. Să aruncăm acum o privire asupra figurilor istorice care au exemplificat acest lucru.

în America, le spunem copiilor că naţiunea americană este dedicată conceptului conform căruia toţi oamenii sunt creaţi egali, aşa cum se prevede în Declaraţia de Independenţă.
Cu toate acestea, dacă privim în urmă, la mijlocul secolului al XlX-lea, această idee nu era deloc acceptată în Statele Unite. Documentul fundamental al Americii era considerat atunci a fi nu Declaraţia de Independenţă, ci Constituţia Statelor Unite, care considera sclavia un lucru de la sine înţeles. în discursul său de la Gettysburg, Abraham Lincoln a afirmat că toţi oamenii sunt creaţi egali. Mişcarea preşedintelui era să spună implicit că Declaraţia de Independenţă era documentul constitutiv al Americii şi că cetăţenii americani, ca naţiune, erau dedicaţi principiului conform căruia toţi oamenii sunt creaţi egali.
Când a venit cu această argumentare, în 1863, a fost ceva exploziv. Presa era sceptică: America nu era nici pe departe dedicată unui astfel de principiu şi nici Declaraţia de Independenţă nu era documentul fundamental al Americii. Cu toate acestea, viziunea lui Lincoln nu numai că a avut câştig de cauză, dar a ajuns şi să fie acceptată ca un lucru universal pentru întreaga Americă. Astăzi toată lumea consideră că Declaraţia de Independenţă a fost documentul fondator al Statelor Unite şi că noţiunea de egalitate pentru toţi a fost principiul fundamental al naţiunii americane de la bun început.
Această noţiune avea să devină baza multor evoluţii ulterioare: de exemplu, la un secol de la discursul lui Lincoln, dr. Martin Luther King Jr. a susţinut că atunci când era vorba despre rasă, americanii nu se ridicau la propriile valori declarate în sensul tratării fiecărei fiinţe umane ca fiind creată egală. A putut aduce acest

argument numai pentru că noţiunea de egalitate era acceptată ca înţelepciune convenţională. Iar această noţiune a fost acceptată numai după ce Lincoln a facut-o să fie astfel.
Dar ideea privind rolul guvernului în viaţa americană? Dezbatem aprins cât de implicat trebuie să fie guvernul pentru a asigura prosperitatea economică, dar puţini sunt americanii care ar considera că rolul guvernului ar trebui să depăşească vreodată anumiţi parametri.
în toiul Marii Crize economice, Franklin D. Roosevelt a decis că Statele Unite aveau nevoie de un guvern mai implicat pentru a reconstrui economia şi a-i ajuta pe cei nevoiaşi. Atunci când a oferit noile sale reforme, Curtea Supremă a SUA a susţinut că acea viziune se abătea de la ceea ce permitea Constituţia Statelor Unite. Cu toate acestea, după multe lupte politice, reformele lui Roosevelt, pe care le cunoaştem sub denumirea de New Deal, au fost aplicate. Aceste reforme au avut ca rezultat crearea unui nou guvern federal puternic, care a reglementat economia, a controlat sectorul financiar, a asigurat asistenţă financiară vârstnicilor, sub forma asigurărilor sociale, şi i-a ajutat pe săraci şi nevoiaşi prin intermediul sistemului de ajutor social.
Pentru a finanţa aceste reforme, Roosevelt a instituit un sistem de impozitare progresivă mai puternică decât a existat vreodată, în care ratele cele mai mari de impozitare erau de 90%. Această nouă viziune radicală asupra artei guvernării a avut un succes atât de mare, încât în cele din urmă a devenit o convingere tradiţional acceptată în America. Modelul unui stat cu rol de reglementare, care controlează sectorul financiar, legiferează comerţul american, împiedică dezvoltarea monopolurilor

şi menţine un sistem de impozitare extrem de progresiv, a continuat în următoarele câteva decenii. Democraţii şi republicanii l-au susţinut. Singura reducere semnificativă de impozit care a avut loc în cursul următoarelor câteva decenii a fost stabilită de democraţii John F. Kennedy şi Lyndon B. Johnson, care l-au redus la 70%. Această stare de reglementare s-a construit pe proiectele de infrastructură publice enorme şi sistemul educaţional extins, care au ajutat la propulsarea Americii în cea mai lungă perioadă de expansiune economică din istoria sa. Acest model a avut un succes atât de mare, încât alte ţări au considerat Statele Unite ca fiind un model pentru propriile sisteme politice şi economice. Toate acestea au devenit soluţia tradiţional acceptată pentru conducerea adecvată a unui stat.
Acum nu mai trăim într-o astfel de lume. Nu ne putem imagina pe nimeni care să plătească în America impozite de 90%. Ni se pare de la sine înţeles faptul că guvernul trebuie să joace un rol limitat în reglementarea economiei şi în controlul sectorului financiar, pentru că apreciem că aceste lucruri descurajează creşterea economică. Când a apărut această schimbare? în anii 1980.
în 1980, Ronald Reagan a fost ales preşedinte; avea o viziune radical diferită pentru America, în care reformele New Deal erau descrise nu ca şi cum ar fi salvat economia Statelor Unite, ci ca un context care a ţinut ţara pe loc. Reagan şi colegii săi republicani susţineau limitarea gradului de reglementare efectuată de către guvern, în special în domeniile sectorului financiar, al educaţiei şi al infrastructurii publice, cu o reducere a taxelor pentru a stimula dezvoltarea economică. Deşi această abordare a fost extrem de controversată atunci când Reagan a fost ales prima dată, ea a

devenit un lucru universal acceptat în anii 1990. într-adevăr, în anii 1990, în perioada în care Bill Clinton a fost preşedinte, această politică a ajuns să fie cunoscută sub denumirea de Consensul de la Washington, total acceptată atât de democraţi, cât şi de republicani.
Din nou, şi în acest caz, această viziune, care a ajuns să fie considerată modul firesc de a conduce o economie, a fost exportată în restul lumii ca fiind modul corect şi unic de a înţelege comportamentul economic şi politic. Astfel, a devenit imposibil să-ţi închipui impozitarea la rate de până la 90%, chiar dacă acestea au fost procente de impozitare considerate la un moment dat perfect acceptabile şi chiar esenţiale pentru conducerea unui stat înfloritor.

* * *

Prin urmare, când a apărut lumea pe care o luăm ca atare? Cum s-au produs aceste schimbări, mai exact?
în aceste trei cazuri, Lincoln, Roosevelt şi Reagan au pus perfect în practică aspecte ale filosofiei Lao Zi. Toţi trei au reuşit să facă în aşa fel încât poziţii noi şi extrem de controversate să pară perfect naturale. După cum se exprimă Lao Zi:

în mod constant, Calea nu face nimic, şi totuşi

nimic nu rămâne nefăcut.

Dacă lorzii şi regii ar putea să respecte acest

lucru, miriadele de lucruri s-ar transforma de

la sine.

Abraham Lincoln nu a spus deschis că Declaraţia de Independenţă era în mai mare măsură un document fundamental decât Constituţia. Nu şi-a

început discursul afirmând că deşi Constituţia este documentul fundamental al Americii, hai să spunem că de fapt Declaraţia de Independenţă este. Ci el a scris unul dintre cele mai elocvente discursuri din istoria Americii. Cu propoziţia introductivă „Acum 87 de ani, Părinţii noştri au adus pe acest continent o nouă naţiune, concepută în Libertate şi dedicată ideii că toţi oamenii sunt creaţi egali”, Lincoln a rescris istoria, făcând referire la un trecut care nu existase niciodată. Nu numai că Declaraţia de Independenţă nu era un document fundamental, dar, în plus, preşedintele a reinterpretat declaraţia privind faptul că toţi oamenii sunt egali astfel încât să includă şi sclavii, deşi mulţi dintre Părinţii Fondatori (printre care şi Thomas Jefferson, care a redactat-o) erau, bineînţeles, proprietari de sclavi care includeau numai albii în definiţia „omului”. Ceea ce spunea Lincoln era fals empiric în ambele cazuri. Dar, prezentând o viziune atât de convingătoare şi de memorabilă, el a plantat seminţele a ceea ce avea să devină o convingere general acceptată. Astăzi memorăm pasaje întregi din Discursul de la Gettysburg, care a ajuns să fie o parte a retoricii standard a Statelor Unite în general. Roosevelt nu s-a prezentat ca fiind un revoluţionar radical, care să lupte împotriva instituţiilor şi noţiunilor închistate pentru a-i salva pe americani într-o perioadă extrem de grea. în schimb, s-a făcut treptat îndrăgit de americanii obişnuiţi ca fiind tipul de bunic simpatic care, în „discuţiile de la gura sobei” pe care le ţinea la radio, era acolo pur şi simplu pentru a-i ajuta să treacă prin perioada dificilă a crizei economice şi pentru a oferi unele sugestii practice. Astfel, a fost perceput nu ca un nou vizionar care să marcheze un punct de

cotitură fundamental în istoria naţiunii, ci ca un vecin săritor care oferă sfaturi pentru a-i ajuta pe oameni. (Urma să folosească această tactică peste câţiva ani, într-o mişcare care avea să atragă o Americă izolaţionistă în mod inexorabil către război - după ce promisese să nu se alăture conflictului teribil din Europa -, atunci când a comparat cu blândeţe furnizarea de arme aliatului Marea Britanie cu a-i împrumuta unui vecin furtunul pentru udat grădina.)

Şi Reagan s-a prezentat ca o persoană amabilă, spirituală şi binevoitoare, care încearcă să-i ajute pe americani să revină la timpuri trecute, glorioase, de libertate individuală. Pe la începutul carierei sale politice ca guvernator al Californiei fusese provocator. Ca preşedinte însă a apelat la imagini mai blânde, care să se adreseze trecutului şi prezentului Americii, şi şi-a creat o imagine de cowboy tipic american, făcând referiri la cariera sa de actor şi de lider impunător. Combina acest lucru cu un comportament de tată de familie foarte rezonabil şi responsabil. într-o dezbatere televizată cu preşedintele Jimmy Carter, care avea să devină punctul de cotitură al campaniei prezidenţiale din 1980 a lui Reagan, îşi începea răspunsul la argumentele lui Carter nu printr-o respingere directă a acestora, ci, practic, anulându-le cu replici amuzate de genul: „Iar începi".

Reagan a devenit primul preşedinte care a salutat garda militară de fiecare dată la coborârea din elicopterul prezidenţial. în ochii publicului, această mişcare a devenit o imagine iconică a ceea ce face un comandant suprem, deşi Constituţia prevede că preşedintele este civil, iar regulile militare dictează că un civil nu trebuie să îi salute niciodată pe militari. Dar acest lucru nu era relevant. Salutul îi permitea

lui Reagan să arate respect pentru armată - într-un moment în care ţara se percepea pe sine ca fiind slabă. Curând a devenit de neconceput ca un preşedinte american să nu facă acest lucru.

Fiecare dintre aceşti preşedinţi a extras din perioadele anterioare imagini tipic americane, ca de exemplu marele orator care face apel la caracteristicile naţionale superioare sau vecinul grijuliu ca un bunic. Ei făceau referiri la tradiţii, ca de exemplu aluziile lui Reagan la cowboy-ul care îşi făureşte propriul destin glorios. Au îmbinat toate acestea într-o viziune nouă care, în cele din urmă, a făcut loc unei noi realităţi.

Lumea pe care o luăm ca atare astăzi nu este lumea care a existat înainte. Toate aceste trei personaje au fost înţelepţi Lao Zieni perfecţi, generând o ordine cu totul nouă, ce a fost total acceptată ca naturală de către toţi cei care se aflau în ea.

Toţi trei au fost preşedinţi, având funcţii de autoritate de la început. S-ar putea presupune că acest lucru le-a oferit un avantaj implicit. Din perspectivă Lao Ziană însă, când te afli deja într-o poziţie de putere este cât se poate de uşor să cedezi tentaţiei de a folosi puterea în detrimentul slăbiciunii. Dar Lincoln, Roosevelt şi Reagan au folosit slăbiciunea pentru a-şi genera efectiv lumile - aceeaşi abordare care a funcţionat pentru Rosa Parks şi Gandhi, sau cea pe care o poate folosi un funcţionar când are de- a face cu un şef dificil. Folosind strategii mai puţin evidente, au putut realiza mult mai mult decât dacă ar fi încercat să-şi impună direct voinţa. Argumentul lui Lao Zi este că poţi întotdeauna să înfrângi forţa prin slăbiciune. Dacă te afli într-o poziţie de forţă, foloseşte slăbiciunea, iar dacă te afli într-o

poziţie de slăbiciune, foloseşte slăbiciunea. Foloseşte slăbiciunea indiferent de poziţia ta iniţială, şi în felul acesta vei deplasa situaţiile în direcţii mai bune.

Legenda lui Lao Zi ca fiind nu numai un înţelept, ci şi un zeu care a generat Calea nu este chiar atât de fantastică pe cât ar putea părea. Calea nu există într-o ordine naturală, neschimbătoare, pe care trebuie să o găsim şi cu care trebuie să ne armonizăm. Mai curând, aşa cum ne arată Lao Zi, creăm Calea ţesând laolaltă în mod activ tot ceea ce este în jurul nostru. Fiecare dintre noi are potenţial de a deveni un Lao Zi - de a deveni un înţelept - şi de a genera lumi noi

.Despre vitalitate. Educaţia interioară Şi a fi ca un spirit

Gândeşte-te la persoana cea mai carismatică şi cea mai energică pe care o cunoşti. Te-ai gândit vreodată că este „plină de spirit”? Ai observat vreodată că atunci când eşti în preajma ei te simţi mai bine şi că tu şi toţi cei din jur vă umpleţi de energia ei?

Sau gândeşte-te cum atunci când eşti total stors de putere spui că „energia ta e la pământ”. Ai vocea ternă, mintea înceţoşată. Nu-ţi doreşti decât să te târăşti în pat şi să tragi un pui de somn.
Adesea considerăm că unii oameni sunt exact ca prietenul tău: spirituali şi plini de energie. Sau presupunem că, la sfârşitul unei zile obositoare, este pur şi simplu normal să rămânem fără energie, dar că o vom recâştiga în zorii unei noi zile.
Dar am trăi oare altfel dacă ne-am gândi că putem deveni plini de spirit prin autoeducare şi dacă am fi cât se poate de conştienţi că suntem răspunzători pentru energia scăzută şi pierderea vitalităţii? Educaţia interioară, o colecţie anonimă de versuri despre divinizarea de sine din secolul al IV-lea î.Hr., se concentrează tocmai pe acest aspect. Ea pune întrebarea: Ce înseamnă exact - şi ce presupune exact - să te simţi mai plin de viaţă?

Să fii ca un Dumnezeu

Pentru că Dumnezeu ştie că în ziua în care veţi mânca din el, vi se vor deschide ochii şi veţifi ca Dumnezeu.
Biblia, Geneza 3:5

Multe dintre presupunerile noastre despre vitalitate şi capacitatea de acţiune se bazează pe vechile noţiuni despre divinitate. începând cu zorii umanităţii, oamenii au imitat ceea ce îşi imaginau ei a fi divin, pentru a învăţa cum să trăiască şi cum să fie persoane importante. Cele mai obişnuite credinţe despre puterea de acţiune au ca model zeităţi şi creatori atotputernici, ca de exemplu zeitatea mohistă Tian, cel care a creat lumea, poate muta munţii şi are standarde clare despre bine şi rău. Atunci când ne gândim la a acţiona ca însemnând să ne apărăm drepturile sau să obţinem ceea ce dorim şi atunci când ne

gândim la puterea de acţiune ca însemnând făurire, control sau posesie a unor lucruri, facem apel, fără să ne dăm seama, la moştenirea unor astfel de noţiuni despre divinitate. Ne vedem exercitând propria influenţă în sensuri similare, chiar dacă mai puţin importante: putem ridica o piatră, cumpăra o casă, câştiga o întrecere, în aceste moduri, şi noi producem schimbări şi ne impunem voinţa; putem schimba chiar peisajul de pe pământ, dacă dorim.

Aşa am conceput mult timp capacitatea de acţiune. Alături de impulsurile omeneşti timpurii de a imita divinul, a existat totuşi o tendinţă din ce în ce mai importantă de a cultiva divinul dinăuntrul nostru. Mişcările religioase ale epocii axiale au respins vechile practici ale Epocii Bronzului de a folosi preoţii pentru a media între oameni şi divin, pretinzând, din contra, că toţi oamenii au un potenţial divin. În Grecia antică, personalităţi diferite ca Empedocle (un poet şi filosof presocratic) şi Platon au cultivat aceste aspecte divine în interiorul lor. Platon vorbea despre „extazul divin” şi chiar şi Aristotel făcea referire la modul în care cultivarea ar putea duce la „înţelegere divină”, care transcende umanul. Au apărut mişcări similare în India: Upanişadele, o colecţie de texte religioase, îndemnau oamenii să acceseze divinul direct, prin exerciţii de cultivare, ca de exemplu respiraţia şi meditaţia.

La câteva secole după aceea, o serie de mişcări creştine timpurii au pus accentul pe capacitatea noastră de a ne descoperi divinitatea interioară. Biserica timpurie numea aceste mişcări gnostice eretice, insistând asupra unei separări absolute între Dumnezeu şi umanitate; în fond, Dumnezeu îi izgonise pe

INR02133TIV

Adam şi pe Eva din paradis pentru că mâncaseră un măr care - le spusese diavolul - avea să-i facă să devină la fel ca Dumnezeu. Această interdicţie - ca oamenii să nu se străduiască să devină precum zeii - era puternică exact datorită acestei dorinţe de a deveni asemenea lui Dumnezeu care persistase atât de mult pe tot parcursul istoriei omenirii. Dar Reforma protestantă din secolul al XVI-lea a readus la viaţă conceptul de scânteie divină din fiecare persoană, aceea care asigură acces direct la Dumnezeu, fără medierea elitei preoţeşti. Potenţialul divin din om a căpătat o importanţă şi mai mare la sfârşitul secolului al XIX-lea şi începutul secolului XX. Afirmaţia filosofului german din secolul al XIX-lea, Friedrich Wilhelm Nietzsche, că „Dumnezeu a murit” şi că omul îi poate lua locul, a atras atenţia lumii moderne asupra potenţialului şi dreptului individului de a-şi impune voinţa asupra lumii. Adolf Hitler şi Benito Mussolini au fost cei care au dus aceasta un pas mai departe: fiecare se vedea pe sine ca Übermensch nietzschean, „supraom” creator al unei noi ordini mondiale.
Astăzi, chiar dacă într-o lume mult mai seculară, se constată o reapariţie a interesului pentru autodivinizare - deşi nu am numi-o astfel, probabil -, care îşi are rădăcinile în tradiţiile gnostice timpurii. Vedem oameni în jurul nostru care se comportă ca zeii, fie că sunt în căutarea luminii divine (sau a adevăratului sine) dinăuntru, fie că acţionează ca stăpâni ai universului. Am putea să punem în discuţie în ce măsură oricare dintre noi ar trebui să se străduiască să fie astfel şi să-i dezaprobăm pe cei care par prea setoşi de putere sau narcisişti. Dar, de obicei, nu punem sub semnul întrebării ipoteza ce serveşte ca punct de pornire: aceea că devenim divini

afirmându-ne. Majoritatea dintre noi asociază senzaţia de putere care ne inundă atunci când trăim într-un astfel de mod cu sentimente de vitalitate şi energie.
Acesta nu este singurul model de divinitate, ca să nu mai vorbim despre vitalitate. Educaţia interioară le cerea oamenilor să devină mai divini.
Demonstra că oamenii pot şi trebuie să modifice lumea cultivându-se astfel încât să dobândească mai multe calităţi divine. Dar autorii cărţii doreau să evite punerea accentului pe voinţă, şi de aceea ei nu au definit spiritele ca fiind personalităţi care exercită controlul asupra lumii sau care se impun în faţa celorlalţi. în schimb, le-au descris ca fiind nişte fiinţe extrem de rafinate, carismatice şi conştiente, care transformă lumea prin simpla lor conectare la tot.
Acesta este un model diferit de acţiune umană, care ne poate duce la un mod diferit de gândire despre felul în care trebuie să trăim. Atunci când reconceptualizăm acţiunea şi puterea de decizie ca rezultând din conectare, şi nu din dominare, devenim mai divini într-un mod esenţial: devenim mai plini de viaţă cu adevărat.

Energiile vitalităţii

Deja facem multe lucruri obişnuite care ne fac să ne simţim mai vii. Cel mai simplu dintre acestea este inspiraţia profundă. Deşi a fost inclusă acum în tratamentele medicale occidentale pentru anxietate şi stres, inspiraţia adâncă are rădăcini în multe tradiţii antice. Educaţia interioară ne învaţă că inspiraţia adâncă este mult mai mult decât o simplă inspiraţie: inspirăm energie care ne ajută să ne liniştim, să calmăm emoţiile negative şi să ne relaxăm.

închipuiţi-vă impactul introducerii acestui tip de energie prin aceste inspiraţii profunde, calmante, tot timpul, şi nu numai în cursul unor momente izolate la orele de yoga sau când meditǎm. Nu am mai fi atât de secătuiţi de energie dacă am face acest lucru în mod regulat.

Un alt exemplu: exerciţiul fizic. Când alergi duminică dimineaţa, aduni energie; de fapt, te umpli de energie. Bineînţeles, îţi tremură picioarele şi eşti lac de transpiraţie. Dar probabil te simţi şi minunat - simţi acea „euforie a alergătorului". Ceea ce ştiinţa spune că vine dintr-un influx rapid
de substanţe chimice din creier numite „endorfine", Educaţia interioară vizualizează ca fiind energii rafinate sau spirit care curge prin tine. Atunci când simţi acea senzaţie de preaplin de energie, vezi lucrurile mai clar, simţi lucrurile mai profund, iar pereţii dintre tine şi restul lumii dispar.

Compară acea euforie de după antrenament cu senzaţia unei descoperiri palpitante şi creative la muncă. Emoţia euforică este aceeaşi ca atunci când alergi: este un influx de stare de bine şi de energie vitală care îţi parcurge întregul corp. Sau gândeşte-te la senzaţia incredibilă de comuniune cu străinii la un concert sau la un eveniment sportiv. Simţi energia mulţimii pulsând în tine; te ia pe sus. Toate aceste energii reprezintă exact acelaşi lucru: energii care îţi potenţează sentimentele de vitalitate. Culoarea din obraji se datorează faptului că te simţi mai viu, nu numai alergatului. Te simţi satisfacut pentru că te simţi mai viu, nu doar pentru că ţi-a venit o idee minunată pentru prezentarea aceea de la birou. O conversaţie cu un prieten, care îţi aduce o împlinire profundă, nu te face să te

simţi doar mai conectat, ci te face să te simţi mai plin de viaţă. Indiferent dacă faci o acţiune fizică, mentală sau socială, acea emoţie strălucitoare şi comuniune cu lumea sunt exact aceleaşi senzaţii fizice. Educaţia interioară spune că toate experienţele pe care le trăim vin din energii numite qi, iar cele mai eterice dintre aceste energii - acelea care ne dau senzaţia de euforie, de vitalitate - sunt energii ale divinităţii.

Ce-ar fi dacă am vedea lumea ca fiind compusă din qi?

Cât despre esenţa tuturor lucrurilor, aceasta este de fapt viaţă. Acolo, jos, ea dă naştere celor cinci grâne; Deasupra, devine cerul îmbrăcat cu stele.

Atunci când pluteşte între Cer şi Pământ, spunem că s-a transformat în duhuri şi spirite. Atunci când sălăşluieşte în pieptul unui om, îl numim pe acela înţelept.

Noţiunea de energii divine nu era nici pe departe neobişnuită în Antichitate. De fapt, era un concept răspândit în Europa şi Asia deopotrivă: în India, exista noţiunea de prana, sau „respiraţie", iar în Grecia exista pneuma, sau „respiraţia vieţii", „suflet", „spirit". Toate descriau senzaţia ca şi cum o forţă a vieţii inefabilă, nevăzută traversa cosmosul şi că ei i se datorau originile însele ale vieţii.

Astăzi, mulţi ar fi sceptici cu privire la faptul că senzaţiile de vitalitate provin din energii divine. Dar qi este o metaforă utilă pentru ceea ce ar trebui să facem ca să ne simţim mai plini de viaţă şi putem învăţa din aceasta chiar şi fără a crede în adevărul ei. Tot ce trebuie să facem este să ne gândim la aceste energii într-un mod „ca-şi-cum": ce înseamnă să acţionăm şi să trăim ca şi cum am cultiva qi? Şi dacă

procedăm astfel, cum se schimbă modul în care trăim? Cum ar fi vieţile noastre dacă am trăi ca şi cum acest cadru ar exista cu adevărat?
De obicei, avem o imagine dualistă despre lume: Dumnezeu versus umanitate, materie versus energie, spirit versus trup - le considerăm lucruri separate. Dar Educaţia interioară susţine o perspectivă monistă asupra lumii şi ne învaţă că fiecare element din lume şi din fiinţele umane este compus din acelaşi lucru: qi. Totul, fie că este minte, trup, materie sau spirit, fie că este vorba despre pământ, oameni, animale sau aer, este compus din exact aceeaşi substanţă.
Dar, cu toate că acest qi este prezent în toate, există infinit de multe gradaţii ale sale. Stâncile, noroiul, pământul sau alte părţi neînsufleţite ale cosmosului sunt alcătuite dintr-un qi jos şi brut - ceva ce am putea numi qi nebulos.
Pe măsură ce qi devine mai rafinat, el devine „esenţă vitală”. Ceea ce deosebeşte esenţa vitală de toate celelalte este faptul că există numai în lucruri care au viaţă. Este o forţă dătătoare de viaţă, care se găseşte în plante şi animale.
Şi, în cele din urmă, atunci când qi se află la nivelul său cel mai eteric şi rafinat, devine qi divin. Acest fel de qi presupune o energie cu un impact atât de mare, încât realmente afectează lucrurile din jurul său. Acest qi este spirit în sine. Spiritul trece dincolo de faptul de a fi o forţă dătătoare de viaţă: el le dă fiinţelor conştiinţă.
O plantă are qi dătător de viaţă, sau esenţă vitală, dar nu va putea fi niciodată divină; nu va putea niciodată să aibă spirit. Nu va putea niciodată gândi şi procesa realitatea. Ea doar există în lume. Spiritele însă, fiind qi divin, sunt

total şi vibrant vii. Au claritate totală şi văd lumea cu o conştiinţă impecabilă. Capacitatea de a vedea lumea atât de complet le permite să acţioneze în lume în moduri transformatoare.
Dar noi? Din ce fel de energie suntem alcătuiţi? Noi, fiinţele umane, suntem o combinaţie între qi-ul nebulos al pământului de jos şi qi-ul divin al cerului de deasupra. Avem un qi mai puţin rafinat, inclusiv în trupurile noastre, dar, la fel ca plantele, suntem vii, prin urmare avem şi o esenţă vitală. Şi chiar avem în noi puţin spirit. Spre deosebire de plante, noi avem conştiinţă, şi fiecare dintre noi poate face o serie de schimbări în lume: putem lua ceva pe care să-l deplasăm în spaţiu, să aruncăm o minge, să deschidem o uşă. Avem acelaşi potenţial pe care îl au spiritele.

Diminuarea dependenţei noastre faţă de lucrurile exterioare

Menţine-ţi spiritul înăuntru şi nu face excese. Nu permite lucrurilor să-ţi tulbure simţurile şi nu permite simţurilor să-ţi tulbure mintea.

Energia pietrelor, plantelor şi spiritelor rămâne constantă. Dar fiinţele omeneşti sunt diferite de celelalte lucruri de pe pământ prin faptul că această combinaţie de energii se schimbă permanent înăuntrul nostru. în timp, fie ne putem epuiza energia şi deveni mai asemănători pământului, fie putem să ţinem cu toată puterea de spiritul nostru şi să devenim mai asemănători spiritului.
Este greu să ne menţinem în contact cu spiritul nostru. Cel mai adesea, ne petrecem zilele făcând lucruri care epuizează spiritul din noi: ne înfuriem în timpul unei dispute cu sora privind logistica unei reuniuni de familie. Ne frustrează naveta zilnică şi ne stresează termenele de predare a lucrărilor. Suntem geloşi pe un prieten, suntem iritaţi de partenerul de viaţă, neliniştiţi în legătură cu

viitorul. De fiecare dată când constatăm că suntem dominaţi de emoţii negative sau extreme, înseamnă că permitem lucrurilor exterioare să ne secătuiască energiile, permiţând acestor evenimente să exercite prea multă putere asupra noastră. De fiecare dată când trecem prin muncile de rutină, când parcurgem drumul anevoios al activităţilor noastre de fiecare zi, ne golim de energie. Spiritul nostru este secătuit şi ne umplem în schimb cu qi negativ. Din această cauză, ajungem să trăim atât de rău şi de dezechilibrat, încât ne epuizăm. Ne pierdem încet vitalitatea şi chiar şi dragostea de viaţă. Dacă vom continua să trăim aşa, spiritul nostru va fi în declin cu mult înainte ca viaţa noastră fizică să se fi încheiat.

Am spus deja care sunt tipurile de activităţi zilnice care ne ajută să ne simţim mai vii. Dar aceasta nu înseamnă că trebuie să facem mai multe alergări de câte ori avem un moment liber sau să-i căutăm pe cei mai amuzanţi dintre prieteni ca să ne păstrăm starea de veselie. Aşa cum activităţile şi evenimentele externe ne pot face să ne simţim ameţiţi de fericire şi entuziasmaţi, aceste evenimente externe ne pot trage şi în jos. în fiecare zi, ne simţim îmbrânciţi de colo-colo de ceea ce se întâmplă în jurul nostru: un prânz împreună cu un prieten? Suntem fericiţi. Cineva ne priveşte de sus la birou? Suntem deprimaţi. Alergarea de dimineaţă când vremea e splendidă? Suntem extaziaţi. Ne scrântim glezna la sfârşitul alergării? Suntem la pământ. Aceste extreme emoţionale reprezintă exact ceea ce se spune în Educaţia interioară că ne devitalizează, ne epuizează şi ne goleşte de spirit.

Bineînţeles, ştim cu toţii că întâmplările triste generează emoţii negative şi ne epuizează. Dar

nici lucrurile palpitante şi antrenante nu sunt bune pentru noi, dacă depindem de ele ca să simţim un val de energie.
Evenimentele declanşatoare de orice fel - fie că ne exaltă, fie că ne stârnesc gelozia sau ne înfurie - sunt exterioare. Emoţiile noastre sunt trase înainte şi înapoi de lucruri care se întâmplă în jurul nostru, iar senzaţiile de vioiciune pe care le trăim astfel nu sunt stabile. Dar aceste situaţii exterioare nu trebuie să ne determine să facem salturi de la fericire la tristeţe şi înapoi. Ceea ce se află în puterea noastră este cultivarea echilibrului şi armonizării lăuntrice, a unei stabilităţi interioare: să fim cu picioarele bine ancorate pe pământ, astfel încât să nu fim vulnerabili la inevitabilele întâmplări ale zilei.

Cultivarea echilibrului şi a centrării

Dacă nu eşti foarte vesel şi nici înfuriat, echilibrul şi armonia îţi umplu pieptul.

Lucrarea Educaţia interioară vede lumea experienţei noastre ca şi cum ar consta în lucruri distincte care, în mod obişnuit, interacţionează prost unele cu altele. Printre acestea se numără fiinţele omeneşti cu ale lor relaţii fragile, imperfecte. Dar textul descrie şi o Cale aflată la baza a tot şi în care totul este conectat. Cu cât aceste lucruri distincte ale lumii interacţionează mai bine, rezonând unul cu altul, cu atât se apropie ele mai mult de Cale. Ne apropiem mai mult de Cale şi ne intensificăm senzaţiile de vitalitate atunci când ne cultivăm capacitatea de a rămâne echilibraţi. Cu cât suntem mai stabili, cu atât suntem mai în măsură să rafinăm qi-ul şi să ne menţinem în contact cu un qi bun.
Ca multe dintre textele noastre, Educaţia interioară trece uşor de la idei măreţe, transcendentale, la lucruri pe care le-am

considera cât se poate de lumeşti. Lucrurile concrete, obişnuite reprezintă mijloace esenţiale de rafinare a qi-ului nostru. Cum toate părţile din noi - trup şi minte - sunt compuse din qi, rafinarea trupului ajută la rafinarea minţii, şi viceversa. Tot ceea ce facem pentru a rafina una dintre aceste sfere va deplasa întreaga noastră fiinţă către o stare mai echilibrată şi mai stabilă.

De aceea, multe dintre fragmentele lucrării Educaţia interioară ne îndeamnă să fim atenţi în mod cât se poate de concret la trupurile noastre: la păstrarea unei poziţii drepte, cu o postură bună, astfel încât qi-ul să poată curge fără dificultate; la practicarea în mod regulat a respiraţiei profunde, echilibrate, centrate, care să ne umple pieptul; la mâncatul regulat, dar cu moderaţie; la menţinerea qi-ului constant. S-ar putea să nu credem că este chiar atât de important dacă stăm cu spatele drept sau dacă ne tolănim pe o canapea, sau dacă uităm să respirăm corect, sau dacă sărim peste prânz câteva zile la rând. Dar ceea ce considerăm a fi cultivare fizică răspunde de cultivarea stabilităţii noastre emoţionale.

în acelaşi timp, nu trebuie să ne concentrăm excesiv asupra aspectului stării de bine fizice - de exemplu, să devenim obsedaţi de smoothie-uri verzi şi de o dietă vegană, în detrimentul respiraţiei profunde, făcute în mod regulat. Trebuie să fim conştienţi de menţinerea tuturor acestor sfere în echilibru. Centrarea pe care o aduce această abordare corpului nostru fizic ne permite să devenim receptivi la o formă superioară de qi.

Echilibrarea diferitelor sfere ne ajută să ne susţinem şi emoţiile. Mulţi dintre noi caută linişte şi centrare retrăgându-se temporar din lume, evitând diferitele complicaţii care scot la iveală tot felul de senzaţii incomode. Aşa că

facem pauze de cafea, vedem câte un film, mergem în vacanţă sau într- un loc retras. în felul acesta, încercăm să ne recâştigăm echilibrul. Dar putem avea echilibru şi centrare mereu - fiind totuşi complet integraţi în lume -, modulându-ne dorinţele impulsive şi fiind atenţi la urcuşurile şi coborâşurile care apar ca urmare a unei furii prea mari sau chiar a unei bucurii prea intense.

Mulţi cred că armonia este o acţiune efectuată o singură dată: de exemplu, să-i aduci pe cei care au păreri divergente la cel mai bun mod de a aborda o problemă pentru a crea un acord comun. Dar Wuxing, un alt text despre cultivare din secolul al IV-lea î.Hr., extinde pildele conţinute în Educaţia interioară arătându-ne nu numai că este în puterea noastră să armonizăm elemente distincte, separate, ci şi că trebuie să facem acest lucru în mod constant.

Conform Wuxing, fiecare dintre noi are cinci virtuţi potenţiale pe care trebuie să le cultive: bunătatea, cuviinţa, cunoaşterea, ritualul şi sagacitatea. Fiecare dintre acestea ne ajută să ne rafinăm laturile mai bune. Dar devin problematice dacă încercăm să dezvoltăm o virtute pe seama celorlalte. Se poate să ai prea multă bunătate, sau să îţi doreşti prea multă cuviinţă, sau să fii prea concentrat pe ritualuri, ori să depinzi prea mult de cunoaştere. Dacă mereu relaţionăm cu alţii emanând prea multă bunătate, putem manifesta o efuziune exagerată în anumite situaţii. Dacă suntem exagerat de preocupaţi de cuviinţă, putem fi percepuţi ca fiind exagerat de formali şi distanţi. Dacă ne concentrăm prea mult pe acumularea de cunoştinţe, putem deveni exagerat de riguroşi. Iar preocuparea prea mare pentru ritualuri ne poate face să devenim

prea concentraţi pe reguli, împiedicându-ne să vedem imaginea de ansamblu.
Nici una dintre virtuţi nu este o normă absolută privind modul în care trebuie să fim. Dimpotrivă, ne cultivăm permanent, astfel încât aceste virtuţi să se moduleze una pe alta. Dacă tindem să ne concentrăm prea mult asupra unui comportament corespunzător cu colegii de muncă, putem decide să ne relaxăm puţin şi să ne propunem să fim mai calzi. Dacă adesea ne documentăm excesiv când vrem să cumpărăm ceva, putem tempera această tendinţă, făcând în mod deliberat următoarea cumpărătură fără să citim fiecare comentariu al consumatorilor care există pe internet. Lucrăm pentru a distinge virtuţile una de alta şi a recunoaşte relaţia de infinită integrare şi schimbare dintre ele, cât şi modul în care acestea dau naştere multor dispoziţii emoţionale. Poate părea paradoxal, dar putem realiza constanţa numai susţinând continuu aceste părţi în mişcare. În felul acesta, ajungem la un loc mai stabil, fără să mai fim balansaţi înainte şi înapoi emoţional, astfel încât spiritul să curgă liber înăuntrul nostru.

Rafinarea reacţiei noastre faţă de lume

În China clasică, o persoană care dorea să devină educată trebuia mai întâi să memoreze o culegere de poezii numită Cartea cântecelor. Aceasta devenise parte a repertoriului unei persoane cultivate. Oamenii memorau poeziile astfel încât în orice situaţie - trecerea primăverii, o dezbatere pe teme politice, bucuria unei noi iubiri, moartea unui prieten - să poată cita fragmente pe care cei din jur, cunoscând aceleaşi piese, să le poată înţelege. Dar ideea nu era să memorezi pur şi simplu poezii şi să le reciţi în mod pasiv cu voce tare. Ideea era să îmbini cunoaşterea de poezii cu interpretarea situaţiei din viaţa reală şi să

prelucrezi rezultatul în mod inovator. învăţând să evaluezi situaţii, iar apoi să citezi un vers dintr-o poezie în afara contextului, să spunem, sau făcând o aluzie contraintuitivă, ai provoca anumite reacţii emoţionale, ţie şi ascultătorilor tăi, schimbându- le starea şi astfel deplasând situaţia într-o direcţie diferită. Poezia a devenit un alt mijloc important de rafinare a reacţiei faţă de lume, pe măsură ce oamenii au fost instruiţi să sesizeze în ce mod puteau să o folosească, astfel încât să aibă un impact cât mai bun asupra ascultătorilor.
Şi muzica avea un rol foarte asemănător. Era ceva foarte obişnuit ca muzica să fie cântată şi interpretată (ca opera sau muzicalul) şi să reflecte povestiri dramatice din Antichitate. Oamenii urmăreau aceste reprezentaţii de când erau copii, iar repertoriul muzical devenea parte din substanţa vieţii lor. Dacă se aflau într-o situaţie în care trebuiau să înfrunte curajos pe cineva, de exemplu, se puteau inspira din emoţiile pe care le simţiseră atunci când ascultaseră o piesă muzicală, ca de exemplu Wu, o lucrare cunoscută despre un om virtuos care s-a împotrivit cu dârzenie puterii arbitrare a dinastiei Shang şi a devenit primul rege Zhou. O piesă ca aceasta le influenţa sensibilitatea; devenea parte din ei.
Muzica şi poezia erau părţi importante a ceea ce însemna să devii o persoană învăţată, pentru că acestea cultivau anumite aspecte ale calmului:

Pentru a pune capăt furiei, nimic nu e mai bun

decât poezia; Pentru a lăsa grijile deoparte,

nimic nu se compară cu muzica.

Acestea cultivau qi-ul, permiţând unei persoane să se inspire din poezie şi muzică pentru a se

simţi mai sensibilă, mai conectată şi în mai mare rezonanţă cu întreaga experienţă umană împărtăşită. Puteau induce o claritate subită şi o percepţie emoţionantă a ceea ce înseamnă să fii uman.

Şi noi ne hrănim propriul qi în moduri asemănătoare atunci când suntem uimiţi de frumuseţea unui tablou la muzeu sau când ne simţim transportaţi de o piesă muzicală. Orice lucru care trezeşte admiraţie rafinează qi-ul, antrenând simţurile să reacţioneze mai profund la lumea din jurul nostru. Atunci când suntem mai conştienţi de lume în toate dimensiunile acesteia, suntem mai deschişi la tot ceea ce putem simţi în legătură cu ea şi suntem mai în măsură să reacţionăm bine în raport cu ea. Ascultarea unei piese muzicale care ne mişcă ne ajută să ne rafinăm experienţa legată de emoţia umană. Suntem conduşi de-a lungul tuturor experienţelor de viaţă care au inspirat compozitorul când şi-a compus lucrările; emoţiile lui rămân parte din noi. învăţăm ce înseamnă să simţi acele emoţii fără să fii tras încoace şi încolo. Putem să ascultăm, de pildă, cântece din întreaga carieră a lui Bob Dylan şi să percepem arcul unei vieţi, atât în măreţia, cât şi în patosul ei. Atunci când ne confruntăm cu pierderea cuiva apropiat, cu disperarea unei rude, cu exaltarea simţită atunci când deschidem un nou capitol al vieţii, putem avea o reacţie mai profundă dacă înainte de asta am ascultat şi rezonat cu o anumită muzică relevantă. Muzica oferă profunzime sentimentului nostru de conectare la umanitatea noastră comună.

Poezia şi literatura, în general, au un rol foarte asemănător, permiţându-ne să reacţionăm faţă de lume în moduri mai bogat nuanţate. în cazul

poeziei, anumite emoţii apar atunci când auzim cuvinte spuse într-un anumit ritm şi în anumite contexte. în cazul literaturii, suntem transportaţi rapid de-a lungul unor perioade imense sau parcurgem experienţe dintr-o varietate de perspective, pe care nu le-am putea niciodată trăi în viaţa reală. Cunoştinţele pe care le câştigăm ne oferă acces la un mod diferit de a ne implica în lume, pentru că ne permit să ieşim din propriile vieţi, să empatizăm în măsură mai mare şi să ne raportăm la un flux vast de experienţă omenească.

Cum ne ajută toate acestea să ne rafinăm qi-ul? Muzica, poezia, arta şi literatura sunt compuse din elemente distincte, ca de exemplu cuvinte, note, sunete, ritmuri şi culori. Cu cât ne cufundăm mai mult în acestea, cu atât înţelegem mai bine modul în care lucrurile distincte rezonează unul cu altul, la fel cum qi rezonează cu qi. Ele reprezintă modul în care qi relaţionează în mod constant cu toate celelalte forme de qi din jurul său - cu implicaţii bune sau rele.

Pentru majoritatea dintre noi, implicaţiile sunt rele. Majoritatea oamenilor interacţionează între ei la un nivel nerafmat; qi-ul nostru de calitate joasă se ciocneşte de qi-ul altor persoane. Atunci când furia sau resentimentele ne cuprind, când devin modul implicit în care ne petrecem ziua, ele tind să provoace energii negative similare la alţii. Cele mai rele emoţii ale noastre atrag cele mai rele emoţii ale altor persoane, antrenând un lanţ de evenimente negative.

închipuie-ţi ce se întâmplă dacă îţi zgârie cineva maşina în parcare şi, deja stresat din cauza unei dimineţi dificile, începi să ţipi la celălalt şofer, făcându-l să se înfurie la rândul

său pe tine pentru felul neregulamentar în care ai parcat şi care a făcut imposibilă evitarea lovirii maşinii tale. Această experienţă v-a făcut pe amândoi să vă înfuriaţi. Dar dacă te-ai cultivat permanent pentru a-ţi rafina qi-ul, aceasta te ajută să transformi lucrurile în bine. Vei răspunde la scenariul din parcare politicos şi cu empatie, cealaltă persoană, cât se poate de probabil, ar răspunde cu amabilitate şi remuşcare, şi ambii aţi rămâne cu un sentiment de bunăvoinţă, în loc de furie. Aţi fi două fiinţe diferite care au apelat la latura cea mai bună a celuilalt şi au reacţionat în consecinţă.

Concentrează qi-ul ca Şi cum ai fi un spirit

Transformarea, dar nu modificarea qi-idiii; modificarea, dar nu schimbarea înţelepciunii tale; numai omul superior, devotat spiritului suprem, este
capabil să facă acest lucru.

Atunci când eşti imun la situaţiile oscilante din jurul tău, când simţurile tale sunt rafinate, şi trupul tău este armonios şi sănătos, ajungi să ai o inimă stabilă. Acest lucru permite întregii tale fiinţe să devină un receptacul pentru esenţă sau spirit:

Cu o minte stabilă în adâncul tău,

Cu ochii şi urechile agere şi limpezi

Şi cu cele patru membre ferme şi stabile,

Poţi astfel construi un loc în care să găzduieşti

esenţa vitală.
Qi devine atât de rafinat şi concentrat în interiorul tău, încât eşti ca un spirit alcătuit din qi de nivelul cel mai înalt; acel fel care permite o viaţă caracterizată de vitalitate şi longevitate.

Ai învăţat să concentrezi qi-ul ca şi cum aifi un spirit.

Nietzsche a scris odată: „Dacă simţurile noastre ar fi suficient de rafinate, am percepe ţărmul stâncos cufundat în somn adânc ca pe un haos care dansează". Am vedea până în inima fiecărui lucru; am vedea totul clar. Deşi concepea divinitatea ca pe o fiinţă singulară cu voinţă de putere, această afirmaţie sugerează înţelesul că spiritul poate apărea dintr-un loc diferit. Există un mod diferit de a fi plin de viaţă, însufleţit şi de a avea impact asupra lumii: prin simpla claritate a vederii şi prin conectarea la tot; prin carisma ta, mai curând decât prin dominare.

Oamenii carismatici nu s-au născut cu abilităţi transformatoare; s-au născut cu potenţialul de a fi astfel. Atunci când acel potenţial este cultivat, persoana carismatică devine capabilă să-i atragă pe alţii către sine prin forţa energiei sale. Atunci când suntem cu cineva care şi-a cultivat energia pozitivă, devenind astfel captivant - cineva care umple o cameră cu prezenţa sa şi care trăieşte cu pasiune -, suntem atraşi de acea persoană. Energia sa este contagioasă. Acea carismă vine de la spirit. Este carismatică pentru că este atât de plină de viaţă şi rezonantă cu cei din jurul său. Qi-ul ei rafinat atrage partea cea mai bună a celorlalţi şi le relevă propriul spirit.

Dar dacă lucrarea Educaţia interioară este aproape în întregime despre cultivare, ea nu vorbeşte despre cultivarea de sine. O persoană carismatică nu este astfel pentru că are o personalitate captivantă unică, doar a ei. O persoană carismatică nu se cultivă pe sine, ci ea cultivă energia, cultivă qi-ul. Este carismatică şi plină de viaţă datorită faptului că acel qi extrem de rafinat din interiorul ei este

identic cu acel qi extrem de rafinat care există în jurul său. Fiind atât de rezonantă cu acel qi, persoana devine capabilă să schimbe lucrurile. Şi noi putem forma reţele de legături şi relaţii cu oamenii din jurul nostru cultivând spiritul. Cei din jurul nostru pot deveni atraşi către noi şi îmbogăţiţi de noi datorită modului în care le stimulăm energia. Pe măsură ce devenim cunoscuţi pentru faptul că suntem acest gen de persoană, relaţiile şi legăturile noastre se amplifică. în continuare, ne dezvoltăm abilitatea de a răspunde oamenilor adresându-ne laturii lor celei mai bune. Dacă întâlnim pe cineva plin de gelozie sau furie, sau pe cineva împovărat de tristeţe sau nelinişte, devenim capabili să răspundem nu la acele energii, ci la alte faţete ale persoanei respective, aducând la suprafaţă energiile mai sănătoase ale acesteia. Şi, pe măsură ce carisma noastră creşte, devenim capabili, asemenea unui spirit, să aducem lucrurile laolaltă, să le armonizăm şi să schimbăm tot felul de situaţii. Educaţia interioară ar spune că această conectare cu absolut totul, la un nivel foarte înalt de energie, este Calea.

***

Aceasta este o noţiune diferită privitoare la vitalitate şi la capacitatea de acţiune transformatoare. Divinităţile sunt active rezonând cu lumea, nu impunându-şi voinţa asupra ei. Acestea nu influenţează lumea făcând lucruri pe care tindem să le considerăm active şi puternice, ci văzând lucrurile cu claritate deplină, comportându-se ireproşabil fără a cădea în capcana răspunsurilor stereotipe şi, prin intermediul unor schimbări mici, rezonând cu tot ce se află în jurul lor. Ceea ce ne oferă aceste noţiuni privitoare la energie este o modalitate de a ne gândi la trecerea de la o lume de conflicte nesfârşite

între diferitele lucruri la o lume în care lucrurile să fie din ce în ce mai armonioase. Cu cât avem un qi mai rezonant, cu atât vom fi mai în măsură să facem ceea ce fac spiritele, chiar în lumea confuză şi haotică de aici, de jos. Confucius şi Mencius au detaliat modul în care oamenii pot trăi cât se poate de plenar. Autorii lucrării Educaţia interioară ne spun că putem deveni şi noi divinităţi şi că, în modul acesta, trăim bine.

Dar acum urmează un filosof, Zhuangzi, care, în loc să încerce să facă umanitatea divină, îndemna la transcenderea completă a sferei umane

.Despre spontaneitate. Zhuangzi Şi o lume a transformărilor

Zhuangzi a visat odată că era fluture. Un fluture vesel, care făcea doar ce dorea. Nici măcar nu ştia că există un Zhuangzi. Brusc, s-a trezit, şi atunci a părut să fie Zhuangzi. Cu toate acestea, nu-şi dădea seama dacă el era Zhuangzi care visa că e fluture sau dacă era un fluture care visa că este Zhuangzi. Totuşi, trebuie să existe o distincţie între Zhuangzi şi un fluture. Aceasta se numeşte „transformarea lucrurilor”.

în cunoscuta poveste a fluturelui, Zhuangzi, un filosof chinez de la sfârşitul secolului al IV-lea î.Hr., vrea să ne dezveţe de modul nostru obişnuit de a vedea lumea. Cu toţii purtăm ochelari de cal, care ne împiedică să percepem şi să ne implicăm total în viaţa din această lume, iar Zhuangzi este de părere că, dintre

toate, cea mai mare piedică este perspectiva noastră umană limitată. Dar dacă nu ai fi o simplă fiinţă omenească şi, de fapt, ai fi un fluture care visează că este o fiinţă umană? Dacă am putea să ne transcendem umanitatea şi să ştim ce înseamnă să vedem lumea din toate perspectivele, am putea cunoaşte viaţa mai plenar şi mai spontan.

Ştim deja cum este să percepi lumea integral şi spontan. Lucrul acesta se întâmplă atunci când trăim starea de flux: starea în care devenim atât de cufundaţi într-o activitate, încât ne pierdem în bucuria a ceea ce facem, fie că jucăm fotbal, fie că pictăm un tablou, fie că citim o carte. Dar avem tendinţa de a considera aceste momente de vârf ca fiind circumscrise, rezervate anumitor activităţi. Avem tendinţa de a considera starea mentală de flux ca fiind ceva care se întâmplă în momente specifice, când se întrunesc condiţiile potrivite.

Avem tendinţa să nu ne gândim că e posibil să ne antrenăm să simţim acelaşi fel de emoţie spontană în legătură cu fiecare lucru din viaţa noastră.

Dar Zhuangzi a văzut lucrurile foarte diferit. El a afirmat că dacă am putea învăţa să vedem lumea din toate perspectivele şi să înţelegem transformarea lucrurilor, am ajunge la o înţelegere mai profundă a tuturor lucrurilor din cosmos. Pe măsură ce începem să ne dezvăţăm de modul tipic de a percepe realitatea, am învăţa ce înseamnă să simţi spontaneitate în fiecare moment din viaţa noastră obişnuită, de zi cu zi.

Calea ca flux Şi transformare fără sfârşit

Ca şi Lao Zi, Zhuangzi a fost considerat filosof daoist, iar lucrarea Zhuangzi - un text atribuit lui şi derivat din învăţăturile sale -, un text daoist. Dar Zhuangzi s-ar fi împotrivit afilierii la

oricare şcoală de gândire. Singurul motiv pentru care aceste două texte şi aceşti doi gânditori foarte diferiţi au fost puşi în aceeaşi categorie se datorează accentului pe care l-au pus pe Dao, sau Cale.
Dar Calea a însemnat lucruri diferite pentru fiecare filosof. Pentru Zhuangzi, însemna să devii calm şi nemişcat sau să percepi lumea ca fiind absolut nediferenţiată. Nu ai putea niciodată să devii Calea, aşa cum nu ai putea niciodată să devii terenul din care se ivesc lucrurile. Mai curând, pentru Zhuangzi, Calea însemna să îmbrăţişezi absolut totul în fluxul şi transformarea sa constantă.
Lucrarea Zhuangzi pune în mod repetat accentul asupra modului în care totul în lume se transformă în toate celelalte, într-un dans constant şi neîncetat de mişcare şi relaţii, flux şi schimbări. în timp, totul devine, în mod spontan, o parte a altceva. Acest proces de schimbare şi mişcare se petrece în fiecare moment.
Iarba creşte, iar când moare, se descompune, şi qi-ul său este canalizat în alte lucruri. Viermii şi gângăniile din iarbă sunt mâncate de păsări care, la rândul lor, sunt mâncate de păsări sau animale mai mari. Aceste animale mai mari, la rândul lor, mor, se descompun, devin parte a pământului şi se transformă în sol, iarbă şi alte elemente. Totul devine treptat orice altceva, într-un ciclu de schimbări şi transformări fără sfârşit.
Iarba nu-şi propune să devină altceva atunci când moare. Transformarea se întâmplă, pur şi simplu. Anotimpurile nu-şi propun să se schimbe. Schimbarea are loc, pur şi simplu. Păsările zboară ca urmare a dotării lor naturale: aripile. Plutesc prin aer în funcţie de

vânturile schimbătoare şi de topografia de jos. Urmează în mod spontan Calea.
Peştii înoată. Şi ei sunt dăruiţi cu acele echipamente naturale: înotătoare şi cozi. Le folosesc pentru a se mişca în funcţie de curenţi. Şi aceştia urmează în mod spontan Calea. Nu se opresc pentru a se gândi: Acum ar trebui să mă întorc aşa, pentru că se mişcă şi curentul în felul acesta, iar acum ar trebui să mă mişc altfel, pentru că trebuie să ocolesc o stâncă. Pur şi simplu înoată.
Zhuangzi făcea referire la termenii yin şi yang, sau întuneric şi lumină, moliciune şi duritate, slăbiciune şi forţă. Calea, spunea el, este un proces de interacţiuni constante între aceste două elemente care par să fie opuse, dar, de fapt, se completează reciproc. Ele trebuie să graviteze constant, pentru a se echilibra unul pe celălalt. în timpul iernii, yin, elementul rece şi întunecat, predomină. Apoi lucrurile se schimbă şi soseşte vara, sezonul yang, de căldură şi lumină.
Interdependenţa constantă şi inevitabilă a energiilor yin şi yang nu determină doar schimbarea anotimpurilor, ci caracterizează toate transformările pe care le vedem în întregul cosmos.

Cei care nu urmează Calea

Există o singură excepţie, spunea Zhuangzi, în ceea ce priveşte lumea fecundă şi în permanentă transformare; un singur lucru din întregul cosmos nu urmează în mod spontan Calea. Acel lucru suntem noi: fiinţele umane. Doar noi nu urmăm spontan Calea. De fapt, ne petrecem întreaga viaţă luptând împotriva fluxului şi a transformării: declarăm că opiniile noastre sunt corecte (iar alţii, indiscutabil, se înşală); înnebunim când vedem realizările unui rival; rămânem blocaţi într-un loc de muncă fără perspective, pentru că ne este teamă de

schimbare. în timpul acesta, întrerupem şi blocăm interacţiunea dintre yin şi yang. Acest lucru se datorează propriei noastre înzestrări naturale: mintea noastră.
Ce ar trebui să facem, în schimb? Ce înseamnă, de fapt, pentru o fiinţă umană să urmeze spontan Calea?
Auzim acest cuvânt, spontaneitate, şi am putea crede că ştim ce înseamnă, în fond, trăim într-o cultură care venerează spontaneitatea. Considerăm că predictibilitatea este plictisitoare. Considerăm că prea multe reguli sunt sufocante. îi admirăm pe gânditorii liberi, persoanele care îndrăznesc să fie diferite, geniul singuratic care s-a lăsat de facultate din capriciu şi a înfiinţat o firmă. Punem semnul egal între spontaneitate şi autenticitate, o mai mare fericire şi împlinire personală.
Aşa că te-ai putea gândi: Ei, o să fiu pur şi simplu spontan şi o să fac orice îmi vine în minte. Ai putea să te întrerupi din ceea ce faci şi să dansezi; ai putea să renunţi la locul de muncă, să-ţi iei micile economii şi să o porneşti într-o călătorie în jurul lumii. Nu ar fi ceva spontan? De fapt, nu, nu pentru Zhuangzi.
Ideile noastre despre spontaneitate sunt aproape opuse celor ale lui Zhuangzi. Spontaneitatea, din punctul său de vedere, nu înseamnă să facem orice dorim, oricând dorim. Ceea ce considerăm noi a fi spontaneitate naturală este expresia neînfrânată a dorinţelor noastre şi nu avem cum să îmbrăţişăm acest fel de viaţă tot timpul. Aşa că ne dăm cu deltaplanul, facem o cumpărătură sub impulsul momentului sau ne găsim un nou hobby. Lăsăm spontaneitatea pentru weekenduri, iar restul vieţii noastre rămâne la fel.
Adevărata spontaneitate presupune să schimbăm modul în care gândim şi acţionăm în lume, să ne deschidem tot timpul către fluxul şi

transformarea fără sfârşit. Presupune să ne imaginăm ceva numit spontaneitate deprinsă - ceea ce sună ca un oximoron, dar, aşa cum vom vedea, nu este deloc.
Să ne gândim la una dintre parabolele cele mai celebre ale lui Zhuangzi: povestea bucătarului Ding. Abordarea iniţială a lui Ding în ceea ce priveşte munca este să apuce satârul şi să ciopârţească numaidecât carnea din faţa sa. La început este doar muncă plictisitoare. Dar, în timp, cu cât măcelarul face mai mult această muncă, cu atât el devine mai conştient. Observă că în loc să lucreze împotriva diferiţilor muşchi şi tendoane dintr-o halcă de carne, poate găsi tot felul de canale curgătoare în fiecare bucată. Fiecare este diferită, şi totuşi, toate au linii şi îmbinări şi cărări - locuri în care, în mod natural, e mai uşor să tai. Prin familiarizare şi exersare, poate sesiza aceste tipare universale în orice bucată de carne. Taie într-un ritm perfect, ca şi cum ar dansa; carnea se desface fără efort în faţa lamei sale.
Dar, pentru a face acest lucru, nu poate gândi prea mult sau aborda analitic această muncă, pentru că fiecare bucată de carne este diferită. După părerea lui Zhuangzi, trebuie să aprecieze „Calea, care trece dincolo de tehnică". Trebuie să se inspire din calităţile sale divine, cele care ne permit să rezonăm bine cu lumea, fiind conectaţi la aceasta. Când măcelarul îşi foloseşte spiritul în loc de mintea conştientă, sesizează Calea: numai atunci poate sesiza diferitele fluctuaţii din carne.
Un bucătar bun îşi schimbă cuţitul anual, pentru că îl foloseşte pentru a tăia. Un bucătar aproape bun îl schimbă lunar, pentru că îl foloseşte ca să ciopârţească. Dar există locuri goale între articulaţii, iar lama nu are nici o grosime la margine. Folosind ceea ce nu are

grosime şi inserând-o acolo unde nu este un loc gol, găsesc mult loc de manevră. Acesta este motivul pentru care, deşi am făcut acest lucru de 19 ani, lama cuţitului meu este la fel de ascuţită ca şi cum ar fi fost ieri pe polizor.
Bucătarul Ding a înţeles ce înseamnă spontaneitatea deprinsă.
Observaţi că nu a atins spontaneitatea aruncând cuţitul cât colo şi dansând pe stradă. Nu ciopârţea bucăţi mari de carne în cursul săptămânii pentru a tăia uşor în weekenduri. A ajuns la spontaneitate prin intermediul activităţii umile de tăiere a cărnii, iar şi iar, până când a reuşit să curgă împreună cu desfăşurarea acestui proces. Şi nu a fost pasiv. A plutit împreună cu tiparul ceresc al Căii, dar a creat în acelaşi timp ceva nou, de fiecare dată când a tăiat o bucată de carne. Făcând acest lucru, a găsit satisfacţie şi spontaneitate în simpla activitate de zi cu zi.
La sfârşitul poveştii lui Zhuangzi, un conducător vine să-l privească pe Ding la lucru. „Splendid”, spune el. „Auzind cuvintele unui bucătar, am învăţat cum să cultiv viaţa.”

Ştim deja cum să devenim spontani

Un bucătar cu experienţă poate pregăti rapid feluri de mâncare elaborate, fără să aibă reţeta în faţă, doar folosindu-şi experienţa, pregătirea şi simţurile, pentru a şti exact câtă sare sau piper va aduce preparatul la viaţă, sau exact cât timp să ţină la cuptor un risotto cremos. Aceasta este spontaneitate deprinsă. Un profesor cu experienţă simte momentul în care clasa începe să scape de sub control şi imediat îşi dă seama ce poate face pentru a-i readuce pe toţi elevii la o stare de calm. Anii de experienţă l-au pregătit pentru a răspunde spontan în modul potrivit, la momentul potrivit. Ştim că învăţarea oricărei deprinderi complexe - o limbă străină, un instrument muzical,

mersul pe bicicletă, înotul - presupune o perioadă iniţială de pregătire conştientă, deliberată. Dacă ai învăţat vreodată să cânţi la pian, ţi-ai putea aminti cât de greu a fost la început, cât de lipsite de îndemânare păreau degetele pe clape, cât de derutant era să o asociezi pe fiecare unei note, cât de greu era să-ţi mişti degetele independent unul de altul, în timp ce mâinile îţi pluteau în sus şi în jos pe claviatură. Nici unul
dintre aceste lucruri nu avea prea mult sens la început şi nici nu suna grozav. De fapt, dacă te-ai fi apucat să loveşti „spontan” clapele, ar fi fost în mod sigur o experienţă dureroasă pentru oricine s-ar fi aflat în încăpere.
Dar încet, în timp, ai început să înţelegi, să înlănţui notele, astfel încât rezultatul să fie o melodie coerentă. În puţin timp, ai reuşit să cânţi cu ambele mâini, să interpretezi acorduri, arpegii şi să abordezi piese mai complicate. Şi, în acel moment, a început cu adevărat să fie plăcut. Puteai interpreta piese din memorie şi chiar improviza unele noi. A te aşeza în faţa pianului a devenit un act de bucurie, pe măsură ce trezeai emoţia şi energia prin intermediul interpretării muzicii. Ceea ce faceai din momentul în care ai început să cânţi la pian atât de liber, spontan era să mergi împreună cu Calea.
Gândeşte-te cum un pianist care dă concerte se implică în muzica interpretată şi se conectează cu publicul. Observă bucuria care vine din a sesiza exact cum trebuie să atingă clapele pentru a obţine tonurile care vor rezona cu el, cu muzica lui şi cu publicul său. Prin intermediul abilităţii de a sesiza şi a răspunde lumii cu mare virtuozitate, pianistul merge împreună cu Calea. A ajuns la această libertate fericită prin pregătire deliberată. Este vorba

despre aceeaşi pregătire care ne dă posibilitatea să manevrăm o maşină prin traficul aglomerat, să trimitem o minge de tenis peste fileu sau să realizăm o prezentare convingătoare pentru o şedinţă. Pur şi simplu „ştim” ce este bine, fără să fie nevoie să ne gândim la asta. Competenţa lipsită de efort pe care ne-o dezvoltăm în toate sferele vieţii noastre, de la cele lumeşti la cele foarte spirituale, este un exemplu de spontaneitate deprinsă.

Important este că dacă ne însuşim învăţăturile lui Zhuangzi, nu vom deveni doar jucători de tenis sau angajaţi sau bucătari pricepuţi. Ne schimbăm modul de abordare a vieţii. Pianistul nostru nu s-a pregătit doar pentru a cânta la pian; şi-a exersat întregul mod de a fi în lume.

Imaginaţie şi creativitate

De obicei, ne gândim la exersarea în vederea atingerii măiestriei ca fiind limitată la deprinderile specifice pe care încercăm să le perfecţionăm. Cum ar putea toate orele acelea de muncă pentru a deveni un virtuoz al pianului sau pentru a juca tenis ca un profesionist să te ajute să îţi educi întregul mod de a fi în lume? Aceasta vine de la recunoaşterea pregătirii ca nefiind doar specifică deprinderii în cauză, ci un mod de formare a noastră pentru a renunţa la perspectivele limitate, despre care nici măcar nu ne dăm seama că ne domină viaţa. Când facem acest lucru, mai câştigăm şi altceva: pătrunderea într-o stare care cultivă adevărata imaginaţie şi creativitate. Deşi e posibil să nu credem că a ne afla într-un moment de vârf are legătură cu aceste lucruri, pentru Zhuangzi, imaginaţia şi creativitatea izvorăsc direct dintr-o stare de flux spontană, continuă.

Adesea, ne gândim la creativitate ca fiind ceva care emană dintr-o sursă unică, un Creator

suprem. Dar Zhuangzi ar fi considerat o astfel de noţiune foarte limitată. El ar fi spus că trebuie să concepem creativitatea ca pe un lucru care iese la iveală atunci când trecem dincolo de limitele unui „sine” unic şi mare şi ne deschidem către cosmosul cuprinzător. Ne-ar fi îndemnat să ne amintim că fiecare dintre creatorii pe care îi venerăm - un Shakespeare, un Picasso, un Steve Jobs - şi-au câştigat inspiraţia deschizându-se către lume, către muze şi către o curiozitate nelimitată faţă de tot ceea ce există. S-au deschis către un râu de creativitate, către ceea ce Zhuangzi ar spune că este Calea.

Spontaneitatea deprinsă înseamnă să ne eliberăm de o minte conştientă, care este prin definiţie limitată la un singur sine. Mintea ne stă în cale, făcându-ne mai curând să ne luptăm decât să curgem împreună cu Calea. Şi totuşi, în diferite momente ale vieţii noastre, trăim senzaţia de a merge împreună cu aceasta. Gândeşte-te la o reuniune cu prieteni apropiaţi, la felul în care mâncarea şi conversaţia par să curgă fără efort şi cu veselie, pe măsură ce oamenii devin din ce în ce mai bine sincronizaţi între ei în cursul serii. Nu ai nevoie să te gândeşti că: chiar în acest moment ar trebui să spun
o glumă, şi în cinci minute cred că am să le povestesc tuturor ce mi s-a întâmplat în vacanţă. Conversaţia pur şi simplu capătă o viaţă a ei.

Sau gândeşte-te la un meci de baschet în cartier. Nu-ţi foloseşti mintea conştientă pentru a calcula exact ce trebuie să faci, pentru a elabora o strategie ca să te răsuceşti cu 45 de grade în partea asta şi să stai exact la un metru de coş, în cutare moment. Ci curgi constant, având o percepţie amplificată a întregului

spaţiu, a celorlalţi jucători, şi a tot ceea ce trebuie să faci pe parcursul meciului. Această percepţie amplificată a imaginii de ansamblu este sursa iscusinţei tale.

Chiar şi simpla citire a lucrării Zhuangzi ne permite să pătrundem într-o vastă lume ca-şi-cum, care ne deschide imaginaţia. Fluxul şi transformarea sunt întruchipate de poveştile fanteziste şi complet improbabile care umplu textul. Auzim lucruri din gura unor creaturi fictive; citim povestiri, cum este cea a fluturelui, care încearcă să ne spună cum arată lumea prin ochii unei insecte. întâlnim figuri istorice, cum este cea a lui Confucius, care spune în mod distinct lucruri neconfucianiste. Apar numeroase întorsături surprinzătoare, jocuri de cuvinte, poezii care sfidează logica şi înţelegerea. Lucrarea Zhuangzi a fost concepută în mod deliberat pentru a ne clătina perspectiva şi a ne face să concepem realitatea altfel, chiar din momentul în care luăm contact cu ea.

Bineînţeles, suntem oameni; nu putem deveni literalmente fluturi şi nici nu se aşteaptă nimeni să credem că ar trebui să devenim astfel. Dar, oferindu- ne această poveste, Zhuangzi propune o întrebare de tipul ca-şi-cum: cum ar fi dacă aş privi lumea ca şi cum aş fi un fluture care visează că este o fiinţă omenească? Pentru o clipă, suspendăm realitatea şi pătrundem într-un univers alternativ, în care ne extindem capacitatea de a ne imagina tot felul de posibilităţi de genul ca-şi-cum, în sensul cel mai larg. întregul cosmos este deschis în faţa noastră; o lume în care toate curg în toate celelalte.

Nimic din toate acestea nu are caracter prescriptiv. Zhuangzi nu ne spune ce ar trebui să facem după ce obţinem această perspectivă

diferită; ce rezultă de aici depinde de noi. Cheia este chiar renunţarea la perspectiva însăşi.

Imaginaţia şi creativitatea adevărate nu vin dintr-o gândire neconvenţională sau ca urmare a unui comportament lipsit de inhibiţii, aşa cum adevărata spontaneitate nu apare dacă dansezi pe mese în weekend, dar rămâi în continuare la slujba plictisitoare. Acestea nu apar ca urmare a unor mari momente tumultuoase care ţâşnesc dintr-o viaţă altfel banală şi cenuşie. Ci fac parte integrantă din modul în care ne trăim viaţa de zi cu zi; toate momentele pot fi creative şi spontane atunci când percepem întreaga lume ca pe un loc deschis şi vast. Ajungem acolo cultivându-ne constant capacitatea de a ne imagina transcenderea propriei experienţe.

Cultivarea expansivităţii

Când vizităm un muzeu, ştim că dacă dorim să ne îmbogăţim experienţa, putem apela la serviciile unui ghid sau ale unui profesor, care ne poate ajuta să vedem lucrurile prin ochii săi de expert. Acesta ne poate indica motive recurente sau folosirea unei anumite culori de către un artist, lucruri pe care nu le-am fi observat altfel. Ştim că dacă dorim, ne putem cultiva priceperea la pregătirea artizanală a berii, sau la fotbal, sau la fotografia digitală - orice interes care va spori aprecierea noastră sau va duce întâlnirile noastre cu aceste lucruri la un nou nivel. Lentilele pe care le dobândim adaugă un alt strat lumii noastre. Putem să intrăm într-un magazin de vinuri, de exemplu, şi să „vedem” şi să înţelegem lucruri pe care altă dată le ignoram; cunoaşterea diferenţei dintre un Cabernet Sauvignon şi un Shiraz devine un lucru însufleţitor şi emoţionant. Putem înţelege referiri la o casă cu design Arts and Crafts, ceea ce ne ajută să percepem mai

acut atmosfera unui roman. Nu avem nevoie de nici unul dintre lucrurile acestea pentru a trăi în lume, dar felul în care percepem lumea este mai complet în felul acesta. Percepem exact aceeaşi realitate diferit de cum o percep cei care nu au cultivat aceleaşi interese. Dar cât de des ne gândim să aplicăm aceste principii privind cultivarea altor aspecte, mai banale, ale vieţii noastre, astfel încât să fie trăite şi acestea cu mai multă expansivitate?

Charles-Pierre Baudelaire, poetul francez din secolul al XlX-lea, a făcut celebru conceptul de flâneur: o persoană care se plimbă pe străzile oraşului, observând şi asimilând cât se poate de deschis tot ceea ce vede. Dacă faci o plimbare cu un copilaş de trei ani, sau cu un câine, sau cu bunica ta, vei observa că ei percep plimbarea altfel decât o faci tu. Copilul se opreşte şi priveşte fascinat fiecare piatră şi fiecare gâză; bunica ta poate fi un grădinar pasionat care rosteşte numele fiecărei flori sau al fiecărui copac pe care-l vedeţi. O plimbare cu cineva care are o perspectivă diferită asupra lumii îţi poate permite să păşeşti în afara tiparelor tale normale şi să vezi lumea nu numai diferit, ci şi cu o deschidere incredibilă. Prin ochii acelei persoane, o plimbare obişnuită devine impregnată cu o profunzime şi o prospeţime mai mari. Citeşti altfel ceea ce te înconjoară; noi dimensiuni devin vizibile pentru tine.

Ne focalizăm asupra lucrurilor pe baza tiparelor noastre obişnuite de atenţie. Când mergem dimineaţa la muncă, am putea acorda atenţie mai multor lucruri în afara radioului, semnelor de ieşire de pe autostradă, respectiv intrării în parcare, şi nu am mai scăpa din vedere alte lucruri, ca de exemplu priveliştea maiestuoasă a unui cârd de gâşte sălbatice care se îndreaptă către sud. Pe drumul către sala de

sport, câteva străzi mai încolo, am putea fi atât de preocupaţi de ceea ce dorim să realizăm în cursul orei petrecute acolo, încât să nu observăm măcar aromele delicioase aduse de vânt de la restaurantul din apropiere. Obiceiurile limitează ceea ce putem vedea, accesa, simţi şi cunoaşte.

Dar cu toţii putem deveni mai conştienţi de tendinţa aceasta pe care o avem de a ne limita. Văzând lumea prin ochii altcuiva ne putem elibera şi putem percepe chiar aspectele aparent prea banale ale lumii în moduri mai bogate. Chiar şi un drum la magazin devine mai mult decât o treabă plictisitoare, dacă mergem cu o prietenă gurmandă care se înviorează gândindu-se la ce ar putea face exact cu toate ingredientele pe care le vede. Acelaşi magazin care este atât de plictisitor pentru noi este plin de viaţă pentru ea, datorită entuziasmului ei pentru lucruri pe care nu le-am observa singuri.

Acea lentilă este un lucru pe care îl putem dobândi şi cultiva. în momentul în care înţelegem cum vedem lumea în mod mai expansiv atunci când suntem cu cineva care ne amplifică propria experienţă, ne putem cultiva aprecierea nuanţată a lumii chiar şi atunci când suntem singuri. Putem să ne întrebăm permanent cum ar vedea altcineva această lume şi să rămânem conştienţi că perspectiva noastră asupra acesteia nu este singura care există. Aşa cum ne arată Zhuangzi, ceea ce ne permite să percepem viaţa cu prospeţime şi intensitate este principiul de a vedea lucrurile diferit sau de a ne schimba perspectiva.

Schimbarea perspectivei

Faptul de a te uza încercând să unifici totul, fără să înţelegi că toate sunt la fel, e ceea ce se numeşte „ trei, dimineaţa „. Ce vreau să spun cu asta? Un dresor de maimuţe le dădea

acestora nuci şi le spunea: „Primeşti trei dimineaţa şi patru seara". Maimuţele erau furioase. Aşa că le-a spus: „Foarte bine, atunci primiţi patru dimineaţa şi trei, seara". Maimuţele au fost încântate. Nu era nici o diferenţă între denumire şi substanţă, dar astfel au fost antrenate fericirea şi furia lor. Dresorul pur şi simplu s-a dat după ele. în acest mod armonizează înţeleptul folosind noţiunile de „ bine „ şi,, rău „ - şi totuşi rămâne pe poziţia de echilibru. Aceasta se numeşte a merge pe două căi.

Deja înţelegeţi probabil cum mintea noastră conştientă ne induce în eroare, agăţându-se de categorii arbitrare, derutante şi inutile, aşa cum am arătat în exemplul cu maimuţele. Nu există nici o diferenţă între „trei, dimineaţa şi patru, seara" sau opusul acestei afirmaţii, cu excepţia modului în care le percepem.

O schimbare radicală a perspectivei ne permite să vedem lumea în felul pe care îl susţine lucrarea Zhuangzi. Acesta este motivul pentru care atât de adesea aceasta răstoarnă înţelepciunea convenţională: într-o poveste, un biet infirm îşi trăieşte toată viaţa cerşind mâncare. Este văzut ca un om vrednic de milă, şi totuşi trăieşte o viaţă lungă, în timp ce alţi tineri din jurul său sunt chemaţi sub arme. Cine este cel mai norocos în acest caz?

Mintea noastră conştientă tinde să se concentreze asupra a ceea ce „ar trebui să fie" - asupra a ceea ce pare să fie corect. Credem că ştim ce este frumos, ce este mare, ce este virtuos, ce este util. Şi totuşi, înţelegem noi oare cât de arbitrare sunt cuvintele şi valorile pe care ne bazăm?

Dacă un om doarme într-un loc umed, îl doare spatele şi înţepeneşte. Dar se aplică acelaşi lucru şi peştilor? Dacă locuieşte într-un copac,

omul este temător şi îngrozit. Dar e lucrul acesta valabil şi pentru maimuţe? Prin urmare, care dintre aceştia trei cunoaşte locul potrivit în care să locuiască? Oamenii mănâncă animale, căprioarele mănâncă iarbă, miriapozilor le plac dulciurile, iar ulii preferă şoarecii. Care dintre aceştia patru ştie ce gust ar trebui să aibă mâncarea? Maimuţele se împerechează cu maimuţe, căprioarele cu căpriori, şi peştii cu peşti. Lumea spune că Maoqiang şi Lady Li sunt frumoşi, dar dacă un peşte ar fi să-i vadă, s-ar repezi în abis, dacă i-ar vedea păsările, şi-ar lua zborul ca săgeata către înaltul cerului, dacă i-ar vedea căprioarele, ar lua-o la galop. Care dintre aceştia patru ştie ce este frumuseţea?

Problema nu este doar că avem perspective. Până la urmă, şi peştii au perspective, şi păsările, şi căprioarele. Problema apare atunci când presupunem că perspectivele noastre sunt universale şi ne închidem mintea faţă de alte perspective. Creăm distincţii rigide, categorii şi valori mai mult decât stabile.

Dar ce putem spune despre categoriile care într-adevăr par clare şi valorile care par de nezdruncinat şi universale? Oare omorul nu este întotdeauna un lucru rău? Dar jefuirea unei bănci? Gândiţi-vă la un hoţ care se antrenează ca să spargă încuietorile fără să dea greş, să intre în bancă fără să facă cel mai mic zgomot, să fure bani şi să fugă fără a fi detectat. Dacă Zhuangzi neagă existenţa unor categorii morale clare, atunci pe ce bază ar putea
vreodată să spună că acesta este un lucru rău? Până la urmă, nu e oare hoţul un exemplu perfect de spontaneitate dobândită?

Ceea ce Zhuangzi ar spune totuşi este că distincţiile rigide sunt cele care duc la astfel de

situaţii. Dacă te-ai pregăti cu adevărat să curgi împreună cu Calea, nu ai fi hoţ. Nu ai omorî pe nimeni. Hoţul gândeşte de la bun început din perspectiva distincţiilor: gândeşte în sensul lucrurile mele, lucrurile lor, vreau asta, voi lua aia. Cineva care omoară un om întrerupe fluxul transformării lucrurilor, punând capăt prematur unei vieţi. Pentru Zhuangzi, argumentul împotriva furtului sau omorului nu ar rezulta din faptul că sunt acte imorale, ci din acela de a face distincţii rigide.

Exemplele lui Zhuangzi acoperă întregul spectru de la prozaic la măreţ, dar toate au legătură cu faptul de a îmbrăţişa viaţa. Poţi îmbrăţişa viaţa deschizându-te pentru a vedea sarcina de a călca o cămaşă nu ca pe o treabă plictisitoare, ci ca pe un exerciţiu de cultivare a spontaneităţii antrenate; o răceală, nu ca pe un inconvenient, ci ca pe o ocazie de a sta comod în pat şi a citi romane; o logodnă ruptă, nu ca pe o mare suferinţă, ci ca pe o şansă la un viitor nou. Lucrarea Zhuangzi vorbeşte despre cei care şi-au deschis complet perspectivele. îmbrăţişând viaţa, aceştia au ajuns la rezonanţa adevărată cu Calea. Metaforic vorbind, aceştia sunt ceea ce Zhuangzi numeşte „oameni adevăraţi”. Ei pot „intra în apă fără a se uda, şi în foc fără a se arde”.

Imaginaţi-vă cum ar fi ca atât lucrurile mici, cât şi lucrurile mari să înceteze a ne mai deranja şi să devină, în schimb, o parte a bucuriei de a trăi, lucruri pe care să le considerăm captivante şi să le primim cu braţele deschise. Imaginaţi-vă că vedeţi lucrurile din toate perspectivele şi astfel puteţi înţelege că tot ceea ce se întâmplă face parte din procesul de flux şi transformare. Pentru a reveni la metafora lui Zhuangzi, odată cu schimbarea perspectivei, noi am deveni oameni adevăraţi,

care putem merge prin apă fără să ne udăm, şi prin foc fără să ne ardem.

Distincţia finală

Dacă devenim cu adevărat capabili să vedem toate lucrurile dintr-o perspectivă nelimitată, am putea celebra toate aspectele vieţii, inclusiv distincţia finală: faptul că suntem muritori. Moartea este, până la urmă, numai unul dintre nesfârşitele cicluri ale Căii.

Zhuangzi a înţeles frica de moarte. Ştia că oamenii se tem de sfârşitul existenţei lor ca fiinţe conştiente. Dar în mintea sa, a te gândi la moarte în acest mod înseamnă să faci o falsă distincţie.

Unele dintre distincţiile pe care le percepem sunt fără îndoială adevărate. Tu eşti tu, o fiinţă umană care citeşte această carte, şi nu masa din faţa ta sau scaunul pe care stai. Dar aceste distincţii sunt momentane. în măsura în care te gândeşti la tine într-un mod rigid - ca fiinţă umană la un anumit moment în timp -, rişti să nu te vezi ca fiind parte a unei lumi mai mari. Când mori, toate acele aspecte care te fac fiinţă umană devin parte a lumii mai mari, naturale. Lucrul acesta nu e ceva care să-ţi provoace teamă:

Soţia lui Zhuangz a m it, şi Huizi s-a dus să-l consoleze. L-a găsit pe Zhuangzi stând pe podea cu picioarele desfăcute, bătând darabana pe o cratiţă şi câni and Hi z' a spus: „Ai trăit cu ea, ai crescut copii cu ea, aţi îmbătrânit împreuna. Faptul că nu plângi la moartea ei este destul de rău, dar să baţi darabana pe o cratiţă şi să cânţi - ce-o fi în capul tău? „ Zhuangzi a spus: „A, dar lucrurile nu stau aşa. Când a murit, în primă fază, cum aş fi putut să nu o jelesc? Dar apoi am privit în urmă la începutul ei, înainte de naşterea sa. Nu doar înainte de naşterea sa, ci înainte să aibă

un trup. Nu doar înainte să aibă un trup, ci înainte să aibă qi. în mijlocul acelui haos amorf, a avut loc o schimbare, şi ea a avut qi; qi-ul s-a schimbat, şi ea a avut un trup; trupul său s-a schimbat şi ea s-a născut. Acum are loc o altă schimbare şi a murit. Este ca schimbarea celor patru anotimpuri: primăvară, toamnă, iarnă, vară. Acum locuieşte în cea mai măreaţă dintre încăperi. Dacă ar fi să o urmez hohotind de plâns şi văitându-mă, aş demonstra că nu înţeleg nimic din destinul nostru. Aşa că m-am oprit".

Zhuangzi nu spune că moartea este un lucru pe care să-l aştepţi cu plăcere sau spre care să te grăbeşti; din contră, viaţa trebuie trăită din plin. Nu spune nici că nu a fost mâhnit când a murit soţia sa; suferinţa a apărut spontan. Suferim când oamenii mor, pentru că îi iubim şi le simţim lipsa.

într-adevăr, dacă ne gândim la moarte exclusiv din perspectiva umană, este profund înspăimântătoare: este anihilarea acelei părţi din noi, sau din persoana iubită, care este umană. Dar dacă privim moartea din perspectiva cea mai largă posibil, suntem mâhniţi, dar vedem şi noi, ca şi Zhuangzi, că forma noastră umană este un moment minunat, dar temporar printre toate transformările care alcătuiesc Calea. înţelegem că această persoană a făcut întotdeauna parte din Cale şi că încă face parte din Cale. Acea persoană va deveni o parte a ierbii, o parte a copacilor, o pasăre care se avântă către înaltul cerului. Dacă înţelegem că materia care suntem noi a făcut întotdeauna parte din fluxul şi transformarea cosmosului şi aşa va fi întotdeauna, atunci nu mai trebuie să ne temem de moarte; devenim liberi să îmbrăţişăm viaţa total. Scăpăm de ultima dintre distincţii

care ne limitează percepţia şi implicarea în lume.
Prin intermediul tuturor parabolelor şi anecdotelor din lucrarea Zhuangzi, trebuie să analizăm cum ar fi dacă ne-am elibera de perspectiva umană limitativă, singulară. La nivel metaforic, aceasta înseamnă să vezi lumea ca un fluture, o pasăre, un tigru. La nivel imediat, aceasta înseamnă să înţelegem lumea din punctul de vedere al altei persoane. Dacă eşti femeie, imaginează-ţi că vezi lumea ca un bărbat. Sau să vezi lumea din perspectiva unui bătrân, chiar dacă eşti tânăr. Sau să te pui în pielea unui artist sărac, în ciuda faptului că eşti un avocat prosper. Imaginează-ţi că vezi lumea prin ochii unui aliat - sau ai unui adversar. Atunci când ne deschidem posibilităţilor tuturor perspectivelor, putem să vedem întregul cosmos din locul cel mai vast posibil, şi astfel începem să înţelegem transformarea nesfârşită a lucrurilor.

Aceasta este viziunea pe care o propune Zhuangzi: perspectivă nelimitată şi spontaneitate formată. Capacitatea noastră de a transcende ceea ce este uman vine exact din faptul că suntem oameni. Putem cuprinde mult mai mult din cosmos decât orice altă creatură de pe pământ, datorită vastei noastre

capacităţi imaginative. Numai noi putem intra în nesfârşite lumi ca- şi-cum, pentru a vedea universul din perspectiva altuia. Ajungem acolo numai prin efortul constant de a ne menţine deschişi faţă de tot, mişcându- ne spontan împreună cu Calea şi devenind o parte activă a transformării lucrurilor

.Despre natura umană. Xunzi Şi aplicarea unui tipar asupra lumii

Adesea auzim că acceptarea de sine este cheia dezvoltării personale: Iubeşte-te aşa cum eşti. Fii împăcat cu persoana care eşti în acest moment. Acest lucru ne face nu numai să ne acceptăm pe noi înşine, ci şi să ne acceptăm viaţa; făcând acest lucru, câştigăm o oarecare seninătate.

Dar unul dintre filosofii noştri ar fi fost îngrijorat de acest nivel de acceptare de sine. Xunzi, un învăţat confucianist născut în 310 î.Hr., nu considera că ar trebui să ne acceptăm aşa cum suntem. Mai curând, el demonstra că nu ar trebui niciodată să acceptăm, mulţumiţi, ceea ce considerăm a fi natura noastră.

Da, aproape oricine s-ar repezi să salveze un copil căzut în fântână, dar Xunzi nu voia să

uităm impulsurile noastre mai puţin altruiste din momentele de fiecare zi. Şi cele mai rele pofte şi dorinţe ale noastre fac parte din ceea ce avem de la natură.
Ne cuprinde un val de furie când suntem blocaţi în trafic, şi cineva ne claxonează să avansăm. Bârfim despre necazurile unei prietene, dezvăluind secretele pe care ni le-a împărtăşit. Fierbem zile întregi din cauza unei remarci critice a cuiva; facem cumpărături online fără limită pentru a ne înăbuşi anxietatea. Imaginează-ţi ce ar fi dacă întotdeauna am permite trăsăturilor noastre celor mai rele, celor mai nedomesticite să iasă la suprafaţă constant - dacă am accepta şinele nostru „autentic" în fiecare moment. Aşa cum scria Xunzi:
Natura umană este rea. Bunătatea ei vine din artificiu. Este în natura oamenilor să fie născuţi cu o dorinţă de profit [...] Aceştia sunt născuţi cu sentimente de ură şi cu antipatii [...] Acesta este motivul pentru care oamenii vor ajunge inevitabil la conflict şi luptă, dacă pur şi simplu îşi urmează natura şi dispoziţiile.
Pentru Xunzi, noţiunea conform căreia „natural este mai bine" era periculoasă. Şi nu se referea doar la natura umană. Se referea şi la presupunerea noastră despre lume, în general.
Aşezarea lumii în tipare
Gândiţi-vă la următoarea poveste, foarte asemănătoare cu multe poveşti ca- şi-cum pe care le-a spus Xunzi:
în timpurile străvechi, uneori veneau ploile, alteori, nu. Nimeni nu ştia când. Uneori era frig; alteori, foarte cald. Iar când era frig, oamenii care nu aveau haine cu care să se acopere riscau să moară îngheţaţi. Nu cădea ploaia, plantele nu creşteau. Când începeau ploile, creşteau plantele şi fructele cu care

oamenii se puteau hrăni, dar foarte adesea plantele erau otrăvitoare şi le făceau rău. Treptat, oamenii au început să înţeleagă că aceste evenimente nu se petreceau la întâmplare. Au ajuns să-şi dea seama când avea să plouă şi când nu; când avea să fie frig şi când avea să fie cald. Au început să-şi dea seama ce plante puteau mânca şi care erau otrăvitoare. Au început să cultive plantele. Le plantau acum în funcţie de schimbările vremii, pe care au ajuns să le cunoască drept anotimpuri. Procesul a continuat pe măsură ce au eliberat mai mult teren pentru plantat, au domesticit animale care să- i ajute în activitate şi au gonit animalele atunci când nu le-au putut domestici.
în cele din urmă, ceea ce odată părea un haos imprevizibil de fenomene naturale -ploi întâmplătoare, vânt, frig, canicula, hrană şi otravă - a fost transformat într-un sistem armonios. Ceea ce creştea din pământ era acum corelat cu tiparele mai ample ale cerurilor. Dar acesta nu era un lucru natural. Fiinţele umane domesticiseră lumea. Fiinţele umane făcuseră astfel încât aceste fenomene disparate să devină un proces armonios.
Această poveste despre inventarea agriculturii ne reaminteşte că lumea aşa cum o ştim a fost construită de oameni, care au luat elemente din natură şi le-au reconstituit, le-au prelucrat şi le-au domesticit pentru a servi nevoilor umane. Cu alte cuvinte, fiinţele umane sunt cele care creează un tipar al lumii. Xunzi ne aminteşte că ne-am născut în această lume, dar tiparele pe care le vedem în ea au fost create de noi:
Cerul şi pământul ne-au dat naştere. Noi aşezăm în tipare cerul şi pământul. Formăm o triadă cu cerul şi pământul, suntem o însumare a unei multitudini de lucruri, suntem tatăl şi

mama oamenilor: *Fără noi, cerul şi pământul nu au un tipar*.
El considera că orice loialitate faţă de natură, fie că este propria noastră natură umană sau natura înconjurătoare, orice acceptare a lumii „aşa cum este" este implicit limitativă şi distructivă. Ne cere să ne gândim cum am trăi diferit dacă am înţelege în ce măsură lumea este deja creaţia noastră. Dacă noi am făcut lumea în care trăim, atunci nu ar trebui să ne întrebăm cum să ne găsim locul cuvenit în cadrul ei. Ar trebui să ne întrebăm dacă am structurat-o bine.

Epoca lui Xunzi

Xunzi, care a trăit la aproximativ două sute cincizeci de ani după Confucius, ne ghidează în explorarea filosofiei chineze, datorită modului în care a sintetizat lucrările tuturor gânditorilor de dinaintea sa.
Un învăţător deosebit de respectat şi un învăţat confucianist de seamă al timpului său, Xunzi a trăit la sfârşitul Perioadei Statelor Combatante, ale cărei evenimente i-au modelat în mare măsură gândirea. La acea vreme, o serie de state deveniseră extrem de militarizate şi dominante şi era evident că oricare dintre acestea ajungea la putere avea să creeze o lume în care ideile lui Mencius aveau să fie inadecvate.
Noul climat politic a influenţat lumea intelectuală. Martori fiind la dezordinea şi haosul vremurilor, gânditori precum Xunzi au căutat nu numai o soluţie unificatoare pentru situaţia politică, ci şi o sinteză care să ia liniile disparate ale gândirii filosofice din epocile trecute şi să le unifice într-un tot coerent. Exact cum i-a portretizat pe oameni ca ţesând activ laolaltă elemente naturale aleatorii pentru a crea un tipar al lumii, el a oferit un tipar pentru

multele idei şi noţiuni vibrante din cele trei secole de dinaintea sa.
Pe măsură ce Xunzi îşi elabora filosofia, a ajuns să considere că înaintaşii săi gânditori captaseră într-adevăr concepte extrem de semnificative. Mencius avea dreptate să se concentreze asupra cultivării de sine, de exemplu, iar ideea Lao Ziană despre felul în care conectăm lucrurile era crucială. Dar el a arătat şi că fiecare dintre aceşti gânditori avea şi lacune. Fiecare înţelesese ceva important, dar nici unul nu vedea imaginea de ansamblu. Mai exact, nici unul în afară de Confucius. Xunzi considera că numai Confucius înţelesese cea mai importantă practică fundamentală: aceea a exersării ritualurilor pentru a deveni o persoană mai bună.
Dar Xunzi avea să facă ceva diferit cu ritualurile. Pentru Confucius, ritualul era un mijloc de a construi la nesfârşit momente miniaturale ca-şi-cum, pentru a crea mici zone de ordine în relaţiile umane. Xunzi a extins această noţiune astfel încât în loc să construim mici zone de acţiune ca-şi-cum, să putem crea lumi vaste ca-şi-cum. Considera că ritualul lucrează pentru a ne transforma natura atunci când, şi numai atunci când, îl recunoaştem drept artificiu, adică drept ceea ce este el. Exact această conştientizare a artificiului este ceea ce ne îndeamnă Xunzi să aplicăm întregii lumi. în acest mod, ritualul ne ajută nu numai să devenim oameni mai buni, ci şi să construim o lume mai bună.

Importanţa artificiului

în scrierile sale, Xunzi a făcut o comparaţie, acum celebră, între natura umană şi o bucată strâmbă de lemn, care trebuia să fie îndreptată prin forţă, din afară. Dar, spre deosebire de alţi comentatori ai naturii umane (de exemplu Kant, care declara câteva secole mai târziu:

„Din cheresteaua deformată a umanităţii nu s-a făcut niciodată un lucru drept”), Xunzi considera că ar fi posibil să se îndrepte lemnul strâmb al umanităţii. Era nevoie doar de wei, sau „artificiu”, din care a apărut ritualul. Dar artificiul trebuie folosit bine. Avem tendinţa să ne îndoim de aceia care par artificiali sau falşi. Cu toate acestea, aşa cum ne-ar aminti Xunzi, fiecare dintre identităţile noastre este construită. Chiar şi atunci când considerăm că suntem naturali şi „reali”, a fi astfel este o alegere, deci tot un fel de artificiu este. Pentru Xunzi, a fi artificial este un lucru bun - atât timp cât suntem conştienţi că facem acest lucru ca să-l putem face bine.
Artificiul ne ajută să ne îngrădim natura spontană şi emoţiile dezordonate. Un copilaş care abia începe să umble face un tărăboi grozav când e obosit, flămând şi nu primeşte imediat jucăria preferată. Dar ca adulţi suntem capabili de mai mult autocontrol. Când nu am dormit bine, când ne este foame şi ne-am strâns totul ca să plecăm de la muncă, dacă o colegă ne solicită zece minute din timpul nostru pentru a discuta problema pe care o are cu şeful, nu dăm frâu liber lucrurilor pe care le simţim „în mod natural” aruncându-i enervaţi cana de cafea în cap şi spunându-i că nici nu poate fi vorba. Ne comportăm ca-şi-cum. îi răspundem că bineînţeles că avem timp pentru ea, ne face chiar plăcere şi, pe măsură ce o ajutăm, descoperim că chiar ne face plăcere interacţiunea, ne simţim mai bine pentru că nu am precupeţit timp pentru a ajuta o colegă şi uităm că suntem obosiţi şi flămânzi. Atunci când, în sfârşit, plecăm de la birou cu cincisprezece minute mai târziu decât ne propuseserăm, suntem într-o dispoziţie mai

bună decât am fi fost dacă am fi cedat sentimentelor noastre „naturale” şi adevărate.
Ceea ce este folosit aşa cum a fost de la naştere se numeşte natura umană. Partea de natură umană care [...] rezonează şi răspunde spontan şi nemijlocit se numeşte şi aceasta natura umană. Simpatiile şi aversiunile, fericirea, furia, tristeţile şi bucuriile naturii umane se numesc emoţii.
Atunci când emoţiile sunt astfel, iar mintea acţionează [wei] asupra lor şi face alegeri, aceasta se numeşte gândire. Atunci când mintea gândeşte şi este în măsură să acţioneze [wei] asupra gândurilor şi să întreprindă ceva, acesta se numeşte artificiu.
Xunzi declara că trebuie să lucrăm în mod conştient asupra naturii noastre, astfel încât să ne rafinăm şi să ne ordonăm emoţiile şi impulsurile. Prin intermediul unor proiecţii artificiale cum sunt ritualurile, putem impune tipare asupra naturii noastre, aşa cum agricultura a structurat lumea din jurul nostru. Ne putem controla impulsul de a avea un acces de furie ca un copil mic şi, făcând acest lucru, ajutăm la modelarea reacţiilor noastre faţă de diferite lucruri.
Dar există un paradox: dacă înţelepţii au fost oameni, cu naturi umane implicit rele, cum de le-a venit ideea de a crea ritualuri? Cum au reuşit să transcendă acel haos de impulsuri umane dubioase pentru a acţiona mai bine în mod conştient?
într-o altă poveste ca-şi-cum, Xunzi ne cere să ne imaginăm în ce mod au ajuns înţelepţii să facă aceste inovaţii care să ne ajute să trăim bine împreună. Compară această inovaţie cu olăritul:
Toate ritualurile şi orice cuviinţă au fost generate pornind de la artificiul înţelepţilor.

Astfel, un olar frământă lutul şi face vase; vasele sunt generate de artificiul olarului, nu sunt iniţial generate de natura umană. [...] înţelepţii şi-au acumulat observaţiile şi gândurile şi au făcut o practică a artificiului şi a precedentelor; prin aceasta, au generat ritualuri şi cuviinţă şi au făcut să apară legi şi standarde.

Am putea presupune că Xunzi compara crearea standardelor, legilor şi ritualurilor omeneşti cu crearea vaselor de lut: două idei măreţe, care au transformat ceea ce pot face oamenii. Dar, din contră, de fapt, el compara crearea societăţii umane cu munca monotonă, cumulativă de a învăţa în timp cum să faci un vas de lut. Atrăgea atenţia asupra ideii că ritualul nu apărea pur şi simplu din întâmplare; era un demers intenţionat, creat. Crearea ritualurilor de către înţelepţi era ca munca pe care o face un olar pentru a învăţa să facă un vas de lut, lucrând cu lutul, simţindu-l şi imaginându-şi ce formă va trebui să ia. înţelepţii au aplicat artificiul naturii lor umane şi şi-au rafinat simţurile pentru a percepe în ce mod interacţiunile dintre oameni ar putea fi modificate şi pentru a-şi imagina ce fel de interacţiuni de tipul ca-şi-cum i-ar putea ajuta să trăiască bine împreună. în timp, au fost în măsură să creeze ritualuri exact aşa cum un olar învaţă să realizeze un vas. în concepţia lui Xunzi, cultura omenească şi ritualurile sociale au apărut nu în urma unei inovaţii măreţe, ci printr-o activitate de fiecare zi, generată prin intermediul artificiului.

Natura umană este baza, începutul, materialul şi substanţa; artificiul este tiparul, principiul şi sursa abundenţei şi a dărniciei. Dacă nu ar exista natura umană, nu ar exista ceva la care artificiul să contribuie. Dar dacă nu ar exista

artificiul, natura umană ar fi incapabilă să se înfrumuseţeze pe sine [...] Atunci când natura umană şi artificiul se combină, tot ceea ce se află sub Cer este aşezat în ordine.
Natura noastră dată de Cer aşteaptă să fie structurată în tipare de către activitatea umană. Rezultatul este o mare frumuseţe: umanitatea ridicată la un grad de neimaginat.

Pericolul de a considera că lumea ar trebui să fie naturală

*Dacă foloseşti un car şi cai, picioarele tale nu au făcut nici un progres, dar poţi călători mii de li**. Dacă foloseşti o barcă şi vâsle, nu ai învăţat să înoţi, dar tot poţi traversa râurile şi mările. Cineva care este cultivat nu este diferit de alţii la naştere; pur şi simplu se pricepe să folosească lucrurile.*
Mulţi oameni îşi fac griji din cauza impactului „progresului" uman asupra globului nostru şi a climei. Dezbatem cât de etică este transformarea genetică a recoltelor sau cercetarea celulelor stern, ne frământă ce se întâmplă cu toxinele din ambalajele de plastic sau care sunt urmările folosirii apei fluorurate. îi vedem pe copii lipiţi de dispozitivele electronice şi ne întrebăm ce s-a întâmplat cu zilele în care copilăria însemna să ne jucăm afară. Mulţi reacţionează la atacul progreselor tehnologice printr-o imagine romanţată a ceea ce este natural, dorindu-şi să ne putem întoarce la perioada de dinainte ca acţiunile oamenilor să pară a strica totul. Iar acestea sunt îngrijorări de înţeles în această eră hiperconectată, hipertehnologizată. Dar să fie întotdeauna mai bun ceea ce este natural?
Nu este surprinzător că Xunzi nu era de această părere. Şi în epoca sa, unii tânjeau după o lume mai naturală. Dar Xunzi avea multe de spus despre pericolele venerării oarbe a naturii.

INR02133TIV

Xunzi considera capacitatea noastră de a crea o lume artificială, prelucrată, ca fiind un lucru bun. Până la urmă, lumea în starea sa naturală este plină de lupte. Peştii înoată şi păsările zboară, şi este adevărat că aceste acţiuni curg împreună cu Calea, dar printre acei peşti se numără somonul, care se luptă să avanseze contra curentului pentru a reveni la locul de naştere ca să-şi depună icrele. Printre acele păsări există şi păsări de pradă, care se năpustesc în jos cu ferocitate asupra animalelor mici şi înspăimântate. Toate aceste creaturi trăiesc spontan, în conformitate cu natura. La fel şi noi, lăsaţi în starea noastră naturală am trăi astfel în mod spontan. Dar nu ar trebui să ne dorim să fim ca natura, de o spontaneitate infinită şi luptându- ne la nesfârşit. Noi, singurii dintre aceste creaturi vii, putem proiecta lumi în care ne putem transforma şi putem transcende această stare naturală. Tendinţa minţii de a ne distinge de restul lumii este un lucru de preţ, care ne-a permis să creăm moralitatea umană, ritualurile şi inovaţiile. Pericolul de a considera că lumea trebuie să fie naturală constă în aceea că ne împiedică să recunoaştem ce lucruri măreţe suntem capabili să creăm şi neagă răspunderea noastră pentru lumea înconjurătoare. Xunzi dorea să ne folosim mintea pentru a ne îmbunătăţi şinele natural şi lumea noastră naturală şi pentru a deveni cele mai bune fiinţe umane posibil.
Vă amintiţi povestea lui Zhuangzi despre bucătarul Ding care, în cele din urmă, reuşise să sesizeze atât de bine structurile cărnii încât cuţitul îi trecea uşor printre ele şi nu a avut niciodată nevoie să-l ascută? în timp ce Zhuangzi ar vedea aceste structuri ca existând în natură, Xunzi ar pune la îndoială însăşi noţiunea că orice lucru din acest scenariu ar fi

cât de cât natural. Ne-ar cere să ne amintim că boul de la care provine carnea este domesticit; că satârul e făcut de om. Simplul fapt că acel Ding lucrează ca bucătar este un artificiu; locul de muncă este creat de oameni. întreaga situaţie este o construcţie socială. Tiparele care apar sunt rezultatul
intervenţiei umane, şi aici ar trebui să ne concentrăm atenţia. Domesticim, organizăm şi structurăm natura. Depinde de noi cum facem aceste lucruri.

Nimic nu este natural

în poveştile lui Xunzi despre inventarea civilizaţiei umane, acesta ne reamintea că eforturile umane erau îndreptate către a construi pe baza a ceea ce este „natural” şi a face ca rezultatul să fie incomparabil mai bun. Structurând lumea, am lăsat în urmă o epocă în care oamenii îngheţau de frig iarna pentru că nu aveau cu ce se îmbrăca, trebuiau să trăiască în peşteri şi în copaci pentru că nu aveau adăpost şi trebuiau să caute hrană, găsind uneori poame comestibile, dar riscând la fel de mult să moară din cauza poamelor otrăvitoare de alături. Odată cu inventarea hainelor, adăpostului şi agriculturii, am domesticit lumea naturală şi am transformat- o pentru a dobândi prosperitatea.

Bineînţeles, intervenţia umană poate avea şi multe ramificaţii periculoase. Cu toate acestea, răspunsul lui Xunzi nu ar fi îndemnul de a înceta să mai intervenim, ci încurajarea de a deveni conştienţi că am creat lumea în care trăim şi de a observa unde am greşit, astfel încât să putem face îmbunătăţiri, să intervenim mai bine, să inovăm mai bine, să creăm mai bine.

Am aplicat deja „tipar şi ordine” asupra lumii noastre. Unele dintre aceste construcţii ale noastre sunt evidente, altele mai puţin.

Iată un exemplu: folosim adesea cuvântul natural în raport cu naşterea. De obicei, susţinătorii spun că naşterea naturală este cea lăsată de natură: fără medicamente, fără intervenţii, uneori chiar în afara spitalului. Se spune că acesta era modul în care femeile năşteau înainte să apară intervenţiile medicale. Implicit, ideea este că modul natural e mai bun şi pentru mamă, şi pentru copil.
Dar, de fapt, ceea ce considerăm a fi o naştere naturală în epoca modernă este în sine un lucru plin de intervenţii. Una dintre cele mai revoluţionare dintre acestea este spălatul pe mâini al celui care asistă la naştere. Rata mortalităţii materne în perioada imediat următoare naşterii era foarte crescută; una dintre principalele cauze era febra postpartum, cauzată de condiţiile neigienice. Atunci când un doctor maghiar pe nume Ignaz Semmelweis a observat, la mijlocul secolului al XIX-lea, că în rândul femeilor care năşteau în spital rata mortalităţii era mult mai mare decât în rândul celor care năşteau acasă, unde erau mai puţini microbi străini cu care să se lupte organismul, a demarat un studiu la scară mare pentru a investiga cauzele. A fost ridiculizat pentru concluzia sa conform căreia spălarea mâinilor cu antiseptic ar putea reduce drastic aceste decese. (Un medic a răspuns: „Medicii sunt gentlemani, iar mâinile gentlemanilor sunt totdeauna curate”.) Dacă spitalul în care lucra Semmelweis a aplicat sugestiile lui şi a redus rata mortalităţii materne cu 90%, recomandările sale au fost aproape ignorate în alte părţi. Semmelweis, îngenuncheat de critici şi de lipsa de încredere în ideea sa, a murit într-un azil la vârsta de 47 de ani. Abia când microbiologul francez Louis Pasteur a dovedit existenţa microbilor, câteva decenii mai târziu,

au început medicii să se spele pe mâini ca rutină înainte de a asista la o naştere. Astăzi, spălarea mâinilor este considerată o precauţie necesară şi un lucru perfect natural, dar ea a fost o descoperire a omului care a avut nevoie de zeci de ani ca să devină o rutină. Iar Xunzi ne-ar fi reamintit că necesitatea acestei descoperiri a fost rezultatul inovării naşterii în spital, aceasta din urmă fiind ea însăşi un răspuns la schimbări, ca de exemplu creşterea populaţiei, dar şi cauza unui nou pericol: expunerea la microbi străini. Orice inovaţie dă naştere unor noi probleme, care apoi se cer a fi rezolvate. Dar Xunzi nu voia să spună că soluţia este să revii la o perioadă de dinaintea inovaţiei. El ne-ar reaminti că putem construi pornind de la inovaţii, dezvoltând în continuare lucrurile astfel încât să rezolvăm problemele create anterior.

Iată alt exemplu: ne temem de extinderea recoltelor modificate genetic şi chiar cerem ca alimentele modificate genetic să fie etichetate. Aceste modificări genetice ne fac să ne temem că oamenii se joacă de-a Dumnezeu şi că manipulăm ordinea naturală. De fapt, majoritatea alimentelor pe care le consumăm azi au fost modificate în cursul ultimelor câtorva milenii. Fără a pătrunde adânc în păduri pentru a scotoci după, să spunem, ciuperci şi poame sălbatice, ai fi obligat să găseşti alimente care nu sunt produsul unui fel sau altul de domesticire de către om. Actualul mod de modificare genetică pur şi simplu ne permite să modificăm plantele mai rapid decât am reuşit până acum.

Bineînţeles, nu toate alimentele modificate genetic sunt modificate într-un mod bun. Cu toate acestea, Xunzi ar spune că nu ar trebui să ne evaluăm hrana în funcţie de cât este de „naturală”. Adevărata întrebare ar trebui să fie:

în fiecare situaţie, folosim artificiul cu înţelepciune şi corect?
Dorul nostru de lumea naturală apare în discuţii despre pădurea tropicală amazoniană. Suntem alarmaţi - pe bună dreptate - din cauza actualelor distrugeri. Dar acele griji sunt adesea formulate ca o expresie a disperării care ne cuprinde când vedem că distrugem una dintre ultimele părţi naturale rămase pe pământ. De fapt, munca arheologică a demonstrat în mod concludent că o mare parte a pădurii tropicale amazoniene este şi ea un produs al domesticirii de către indigeni. A păstra pădurea tropicală aşa cum este nu ar readuce-o la starea sa naturală, ci ar însemna conservarea unui tip diferit de domesticire de către om. Dezbaterile privind conservarea pădurii tropicale sunt semnificative şi au implicaţii profunde şi ar fi productive dacă am renunţa să mai discutăm despre ce este „natural”.
Noi am creat lumea în care trăim şi putem alege să mergem în altă direcţie. Subiecte cum ar fi cel mai bun mod de a conserva Amazonul, sau dacă e bine să continuăm donările sau să modificăm genetic alimentele sunt dificil de discutat în mod înţelept atunci când se transformă în dezbateri despre ceea ce este natural în contrast cu ceea ce este artificial. Aceste dezbateri care sunt necorespunzător conduse ne împiedică să ne confruntăm cu adevăratele probleme curente. Dacă fetişizăm natura, ne cedăm puterea umană de a transforma natura şi nu reuşim să ne dăm seama că, exact aşa cum am creat probleme în lume, la fel de des am îmbunătăţit ceea ce există în natură.
Dacă nu vedem aspectele pozitive ale manipulării de către oameni a naturii, ne legăm siguri mâinile şi ne acoperim ochii în faţa

aspectelor celor mai subtile, ca de exemplu protecţia mediului şi cercetarea celulelor stem. Ar trebui pur şi simplu să întrebăm: facem aceste lucruri bine sau nu? Dacă nu le facem bine, ce îmbunătăţiri putem aduce?
Exact aşa cum există cei care dau o aură romantică lucrurilor naturale, există şi cei care venerează tehnologia şi cred că lucrurile mai noi şi mai mari sunt întotdeauna mai bune. Dar tot aşa cum natura nu este un lucru pe care să-l accepţi orbeşte, nici artificiul nu este. Este adevărat că progresele tehnologice au dus la multe invenţii care fac viaţa mai uşoară. Dar Xunzi ar spune că ambele tabere - cei care idealizează tehnologia şi cei care o demonizează - înţeleg greşit modul în care trebuie să abordăm artificiul. Ceea ce contează nu este inovaţia tehnologică fără sfârşit; ceea ce contează este ce facem cu ea şi cum o folosim în fiecare situaţie particulară.
Am creat o lume artificială, tehnologizată, care are probleme extraordinar de grave. Dar acest lucru nu înseamnă că ar trebui să renunţăm la puterea noastră umană de a o transforma şi a o face mai bună. Ci, înţelegând ce am făcut, putem schimba modul în care vom proceda în continuare.

Proiectarea unei lumi

Apa şi focul au qi, dar nu au viaţă. Iarba şi pomii au viaţă, dar nu au înţelegere. Păsările şi animalele au înţelegere, dar nu au moralitate. Oamenii au qi, viaţă şi înţelegere, dar au şi moralitate. Astfel, aceştia sunt lucrul cel mai preţios de pe pământ.

Xunzi considera că numai noi, dintre toate creaturile cosmosului, suntem capabili să ne depăşim cu mult capacităţile şi să ne facem propriile vieţi mai bune.

Spunând acest lucru, se baza pe conceptele gânditorilor care au existat înaintea sa. Dar ideile sale reflectau în acelaşi timp, în mare măsură, epoca agitată în care a trăit, în care state puternice creaseră instituţii administrative uriaşe şi dobândiseră un avânt fără precedent în campaniile lor de a fonda o nouă dinastie care să unifice China.
Multe voci au cerut reducerea puterii acestor state şi revenirea la o epocă mai virtuoasă. Dar pentru Xunzi era evident că nu era posibilă revenirea la trecut şi că forma dinastiei care urma să vină avea să fie foarte diferită de cea care fusese înainte. Pentru el, drumul înainte nu însemna respingerea acestor instituţii puternice ale statului, în ciuda aspectelor lor tulburi. Mai curând, oamenii trebuiau să lucreze cu ceea ce aveau. Trebuiau să înveţe să folosească bine aceste instituţii noi; să restructureze ceea ce exista deja, pentru a construi un stat care să facă posibilă mobilitatea socială şi să creeze o lume în care să conducă elita educată. Construirea unei astfel de meritocraţii ar fi, din punctul de vedere al lui Xunzi, modul cel mai înţelept în care oamenii ar putea organiza lumea în tipare.
Dând lumii un tipar filosofic, Xunzi a trecut în revistă ideile importante care existau deja. A fost de acord cu conceptul lui Lao Zi privind generarea lumilor, dar a considerat periculoasă noţiunea de generare a unei lumi care pare naturală, dar nu este astfel. Gândiţi-vă la liderul unui cult care îi convinge pe discipoli să creadă în viziunea sa catastrofică; gândiţi-vă la Hitler, care a generat treptat o lume aparent naturală, ce s-a încheiat printr-o pustiire inumană.
Xunzi a înţeles apelul la cultivare al textului Educaţia interioară. Dar cultivarea divinităţii din noi pentru a rezona cu lumea din jurul

nostru ne poate duce uşor la transcenderea umanităţii noastre, chiar lucrul care, după cum arăta el, ne dotează cu abilitatea de a crea o lume mai bună. Nu trebuie să aspirăm să fim ca un spirit rezonant. Trebuie să lucrăm asupra materiei haotice, umane, care suntem noi.
La nivel istoric amplu, Xunzi a împletit gândirea celor două secole anterioare. Putem face la fel în propriile noastre vieţi. Ne putem gândi ce înseamnă să te comporţi într-un mod mai Lao Zian în unele contexte, sau într-un mod mai zhuangzian sau confucianist, în altele. Ca şi Xunzi, putem vedea şi noi cum toţi gânditorii aveau în vedere ceva important, recunoscând în acelaşi timp limitările şi punctele slabe ale fiecăreia dintre ideile lor.
în permanenţă ne creăm pe noi înşine, creând neîncetat lumea; noi şi lumea în care trăim suntem deja produse ale artificiului. Numai cultivarea de sine ne dă posibilitatea să depăşim ceea ce am crezut că suntem, rămânând în acelaşi timp total umani. în momentul în care înţelegem ce înseamnă să creezi în mod înţelept, putem rămâne deschişi la toate posibilităţile care se află în faţa noastră. Odată ce recunoaştem modul în care am modelat deja ceea ce este în jurul nostru, ne putem asuma rolul de singure fiinţe din cosmos care dau structură şi ordine lumii.
Natura din afară este aceeaşi ca natura dinăuntru; este ceva la care trebuie lucrat, care trebuie modificat şi făcut mult mai bun. Noi suntem cei care am construit această lume; prin urmare, putem să o schimbăm.

Li - numită şi mila chineză; unitate de măsură pentru distanţe a cărei valoare a

variat în timp, fiind astăzi echivalată cu 500 m. (n.tr.

)Era posibilităţilor

Confucius a spus: „La vârsta de 15 ani, m-am concentrat asupra studiului; la 30, mi-am găsit un loc în societate; la 40, m-am eliberat de iluzii; la 50, am înţeles poruncile Cerului; la 60, auzeam clar; iar la vârsta de 70 de ani, ceea ce dorea inima şi ceea ce era corect s-au armonizat".

Am început această carte cu o serie de afirmaţii. Am afirmat că noi toţi facem presupuneri referitoare la cine suntem, la modul în care operează societatea şi la locul nostru în istoria lumii. Şi am arătat că multe dintre aceste presupuneri sunt total greşite - greşite nu numai empiric, ci şi periculos de greşite, pentru că dacă trăim conform acestor presupuneri, ne limităm dramatic experienţa şi potenţialul.

O idee a ajuns să fie dominantă asupra tuturor celorlalte: aceea conform căreia ne-am rupt de trecutul represiv al unei lumi tradiţionale, şi acum trăim într-o lume modernă, în care suntem liberi să ne trăim viaţa. Această idee principală a ajuns atât de răspândită şi de puternică încât, în timp, am ajuns să o acceptăm ca fiind cât se poate de adevărată şi naturală. Ea ne-a condus presupunerile şi acţiunile fără ca măcar să ne dăm seama. Conform definiţiei noastre, o societate tradiţională este cea în care se presupune că există un sine stabil şi o lume fixă, coerentă; în care urmăm norme sociale importante, fără să punem întrebări; în care există o mobilitate socială minimă; şi în care trăim în cadrul unei perspective îngrădite asupra lumii, închise faţă de alte idei.

Dar dacă acesta este modul în care definim cu adevărat ceea ce este tradiţional, atunci noi suntem cei care acceptă o perspectivă tradiţională asupra lumii şi revenim la o societate tradiţională. Fie că se petrece la nivel personal (felul în care ne limităm în interacţiunile noastre, felul în care ne limităm deciziile referitoare la viitorul nostru), fie la nivel social (adunarea bogăţiei în mâinile unei elite puţin numeroase; mobilitate socială scăzută dramatic), în ambele domenii alunecăm constant înapoi, în lumea tradiţională.
Noţiunile pe care le avem despre tradiţie şi modernitate ne-au făcut să vedem totul pe un spectru, cu lumea tradiţională la un capăt şi lumea modernă la celălalt. Dar există o axă complet diferită de unde putem să privim lucrurile, unde ceea ce este stabil/autentic/sincer se află în opoziţie totală cu lumea frântă/fragmentată/ haotică, aşa cum a fost văzută de filosofii noştri.
Filosofía chineză pe care am explorat-o în aceste pagini ne poate elibera de limitările ideilor noastre şi de presupunerile pe care le avem despre cine suntem şi în ce fel de lume trăim. Departe de a vedea coerenţa, sinceritatea şi autenticitatea ca fiind moderne, ne putem da seama cum ne-au încătuşat aceste idealuri. Croindu-ne drum prin complexitate şi fragmentare, ne putem elibera din locul în care ne aflăm. Deschizându-ne unor noţiuni noi - chiar dacă provocatoare -, vom părăsi lumea tradiţională şi vom deveni cu adevărat cetăţeni universali.

Cum am devenit tradiţionali

Mai întâi de toate, de ce oare s-au pierdut aceste idei?
Am aflat despre era axială, o perioadă în cursul căreia a înflorit experimentul religios şi politic pe întregul continent Eurasia, urmând unei

ruperi de trecutul aristocratic. Dar apoi s-au încheiat experimentele religioase şi politice, cel puţin în unele părţi ale Eurasiei.
în partea occidentală a Eurasiei, după căderea Imperiului Roman, Europa a revenit la conducerea de către dinastiile aristocratice. A devenit din nou o lume pe care o vor considera oamenii, privind în urmă câteva secole mai târziu, drept tradiţională - în care poziţiile sociale şi puterea politică erau determinate exclusiv prin naştere. Aceasta era lumea socială ereditară, care avea să fie până la urmă răsturnată în secolul al XlX-lea.
Această lume era fragmentată politic. Aristocraţii îşi controlau propriile domenii regionale. Conducătorii fiecărui domeniu îşi stabileau propriile cutume şi reguli după cum doreau, fără să existe vreun fel de coordonare sau consecvenţă între ei. în lipsa unui stat care să le includă pe toate şi care să creeze legi cuprinzătoare, nu s-au construit nici un fel de drumuri sau altă infrastructură publică pentru a lega aceste teritorii. Nu numai că nu exista nici un fel de mobilitate socială, dar lipsa căilor de transport făcea imposibilă dezvoltarea oricărei activităţi comerciale.
Abia un mileniu mai târziu a început ceea ce considerăm astăzi a fi perioada modernă: apariţia protestantismului şi accentul pe care îl punea pe individ, apariţia ariilor urbane şi a economiei de piaţă şi, în cele din urmă, a unei clase de mijloc, care avea să înceapă să pretindă o putere politică proprie.
* * *
Tot ceea ce am menţionat a avut un impact profund atât asupra dezvoltării Europei, cât şi a modului în care am ajuns să gândim despre China.
în Europa, despărţirea de lumea mai veche, ierarhică, structurată în funcţie de dreptul

ereditar a fost temporară şi a revenit rapid la modelul aristocratic odată cu căderea Imperiului Roman. Dar în alte părţi ale lumii, această detaşare de trecutul tradiţional a fost mai de durată.

în cursul epocii imperiilor timpurii, primul imperiu important al Chinei, Han, a format state eficiente şi a folosit sistemul administrativ şi legea pentru a submina conducerea ereditară. Chiar şi după căderea dinastiei Han, în secolul al III-lea, imperiile ulterioare au continuat să susţină sistemele administrative statale de succes, care permiteau Chinei să prospere.

La începutul secolului al VH-lea, de exemplu, în timp ce Europa de Nord- Vest era încă dominată de enclave mici, feudale, în China apărea un nou imperiu mare: Tang. Bazându-se pe un sistem administrativ şi legislativ eficient, dinastia Tang a creat o societate prosperă, vie şi cosmopolită, capitala fiind plină de oameni, bunuri şi religii din întreaga Eurasie.

Apoi, în secolele al XH-lea şi al XlII-lea, aceste mari sisteme administrative guvernatoare din China deveniseră adevărate instituţii meritocratice: fiecare funcţie de conducere, în afară de cea de împărat, putea fi câştigată numai devenind educat şi luând examenul pentru funcţia publică.

Examenul nu avea ca obiect să măsoare ce talente înnăscute avea candidatul sau ce deprinderi şi abilităţi putea demonstra. în cursul examenului, candidatului i se puneau întrebări în legătură cu scenarii de viaţă reală, cu care era probabil să se confrunte orice oficial: situaţii pline de dileme şi interese opuse, incompatibile. Nu era judecat în funcţie de răspunsurile corecte, pentru că nu exista aşa ceva. Era evaluat în funcţie de cât de

capabil se dovedea să vadă imaginea de ansamblu şi să gestioneze situaţii morale complexe. Examenul era o evaluare a bunătăţii. Bineînţeles, acest sistem nu era complet accesibil tuturor. în primul rând, examenul era restrâns la persoanele de sex masculin. Şi, la fel ca peste tot în lume la momentul acela, nu exista educaţie universală. Familiile mai bogate puteau face astfel încât copiii lor să fie pregătiţi pentru examen. Dar un student care se pregătea pentru examen era educat în spiritul cultivării de sine morale şi învăţa un set diferit de valori decât cele ale elitei aristocratice. Când dădea examenul, răspunsurile sale erau anonime; nu conta din ce familie provenea. Şi, dacă lua examenul, avea să fie transferat dintr-un loc în altul, departe de regiunea de baştină, astfel încât judecata să nu îi fie prea mult influenţată de legăturile din copilărie sau de interesele locale puternice.
Acest lucru însemna că puterea politică nu era ereditară. Era deţinută de o elită educată. Eliberat de interesele depăşite ale elitei aristocratice, statul îşi putea concentra energia asupra proiectelor de infrastructură publică într-un mod care nu era posibil în lumea descentralizată, neconectată a Europei feudale, în China s-au construit drumuri, s-au săpat canale, s-au dezvoltat sisteme juridice extinse. Toate acestea au fost extrem de productive pentru dezvoltarea economiei. Şi, pe măsură ce economia îşi lua avânt, au început să se dezvolte reţele comerciale uriaşe în întreaga Chină şi mult dincolo de graniţele sale. Aceste reţele jucau un rol esenţial în reţelele comerciale care au început să se răspândească prin Asia de Sud-Est, traversând Oceanul Indian, şi în Orientul Mijlociu, începând din secolul al XV-lea şi până în secolul al XVIII-lea. Reţelele comerciale au legat în cele din urmă

China cu regiunea mediteraneeană. Veneţia, de exemplu, a devenit incredibil de bogată în mare măsură datorită vânzării şi cumpărării de bunuri prin aceste reţele.
în timp ce enorma economie maritimă începuse să transforme o mare parte din Eurasia, părţi ale Europei continuau să fie „tradiţionale", fiind conduse încă de clanuri aristocrate. Ţări din Europa de Nord-Vest, ca de exemplu Olanda, Spania şi Anglia - la mare distanţă de aceste reţele comerciale şi de bogăţia pe care o creau -, au început să construiască nave pentru a naviga în jurul vârfului de sud al Africii şi mai departe spre Asia, iar mai târziu pentru a naviga către vest, în jurul globului. în loc să ajungă în Asia, au dat însă de Americi. Au început să construiască o nouă economie colonială în zona Oceanului Atlantic, bazată pe munca sclavilor.
Această nouă economie colonială a început să aducă bogăţie Eurasiei Occidentale. Dar bogăţia în sine nu era suficientă pentru a crea state. Şi aici începe următoarea parte o poveştii.
* * *
încă din secolul al XVI-lea, iezuiţii au început să călătorească spre China. Au fost uluiţi de ceea ce au văzut. Şi au început să scrie istorisiri pentru a descrie toate acestea: sisteme administrative conduse de o elită educată, nu de aristocraţi; legi care se aplicau tuturor, fie ţăran, fie aristocrat; oameni care erau educaţi pentru a da examenul de serviciu civil; mobilitate socială prin intermediul meritocraţiei. Toate acestea nu mai fuseseră vreodată auzite în Europa.
Două secole mai târziu, aceste povestiri au ajutat la naşterea unei întregi mişcări în Europa, numită Iluminism. Filosofi, ca de exemplu scriitorul francez Voltaire (1694-

1778), citeau aceste povestiri şi se întrebau cum s-ar putea copia ceea ce scria acolo. Au început să elaboreze idei de instituţii care ar putea susţine sistemele administrative, legile şi elita educată. Conducătorii europeni au realizat că era foarte posibil să aibă astfel de instituţii. Până la urmă, acestea existau în China.
Au început să construiască state eficiente, stabilind sisteme juridice şi creând armate puternice. Cu bogăţia care venea de la economia atlantică, aceste noi state au devenit extraordinar de puternice şi au ajuns în cele din urmă să se conecteze la reţelele comerciale asiatice. Dar acum, obiectivul nu era doar să ajungă la acele reţele, ci era să le cucerească, aşa cum făcuseră cu cele două Americi - să le colonizeze şi să creeze un imperiu.
în acest punct, a început să apară schimbarea curioasă în ceea ce priveşte modul în care ne raportăm la istorie. Atunci când aceste state europene au devenit mai bogate şi mai puternice şi au început să dărâme ordinea aristocratică mai veche, s-au văzut ca fiind cele care creau o ruptură în istorie: respingerea lumii tradiţionale şi începerea uneia moderne. Astfel, au considerat că teritoriile asiatice pe care le colonizau erau înapoiate şi tradiţionale. Acum puteau fi eliberate - devenind mai asemănătoare Occidentului.
Generaţii de gânditori occidentali au perpetuat această imagine a Chinei ca fiind blocată într-o etapă mai timpurie a progresului. Filosoful german Georg Wilhelm Friedrich Hegel (1770-1831) i-a descris pe chinezi ca fiind înrădăcinaţi într-o stare de perpetuă armonie cu natura. Acesta considera că progresul era posibil numai atunci când statele atingeau stadiul pe care îl vedea în Europa: raţional, conştient de sine, eliberat de lumea naturală şi capabil să se angajeze în mod conştient în lupta şi în

conflictul care ar ajuta la continuarea progresului lor. Sociologul şi economistul Max Weber (1864-1920), tot din Germania, a încercat să înţeleagă de ce capitalismul nu a apărut niciodată în China, aşa cum s-a întâmplat în Europa. A ajuns la concluzia că acest lucru a fost limitat de un set de principii transcendentale. El arăta că filosofía confucianistă şi protestantismul au pus baze filosofice foarte diferite, care au făcut China să se adapteze la lume, în timp ce Occidentul încerca să o transforme.

Şi totuşi, nu era nici o îndoială că o mare parte a ceea ce moştenise Europa - şi, implicit, lumea noastră din secolul XXI - îşi are rădăcinile în China. Conceptul general de examene meritocratice (ca de exemplul Testul de Aptitudini Scolastice, sau TAS, testul standardizat folosit pentru admiterea la colegiile americane) poate fi găsit iniţial în China. Legile care se aplică tuturor în aceeaşi măsură îşi au originea în China, la fel ca şi sistemele administrative conduse de o elită educată.

Există un mic avertisment referitor la povestirea privind ce a învăţat Europa de la China. Numai o faţetă a acestor idei a reuşit: ideile lui Mozi şi ale descendenţilor săi intelectuali, legaliştii. Ideile care s-au răspândit în Europa întreagă portretizau fiinţele omeneşti ca fiind agenţi raţionali care conduc sisteme juridice raţionale, bazate pe legi universale. Examenele lor măsurau abilitatea pură, nu bunătatea morală sau pregătirea morală. Aceste idei mohiste au fost extrase din cadrul moral în care fuseseră iniţial încorporate şi au fost văzute, pur şi simplu, ca o imagine a modului de a crea un guvern administrativ. Legalismul a devenit un ingredient-cheie în apariţia a ceea ce considerăm a fi statul

modern, raţional. Ideile pe care occidentalii le-au lăsat deoparte erau cele care aveau legătură cu pregătirea morală, bunătatea şi cultivarea de sine.

Astfel, deşi erau imitate formele artei guvernării din Asia, acestea erau folosite diferit. în China, obiectivul fusese să se separe bogăţia de puterea politică, astfel încât statul să poată funcţiona ca o meritocraţie condusă de o elită educată. în schimb, în Occident, strategia fusese să se dărâme societăţile aristocratice, încercând să se conecteze bogăţia şi puterea politică în cea mai mare măsură posibilă. Mobilitatea socială avea să fie materializată prin dobândirea de bogăţie - ceea ce va duce apoi la acces
direct la puterea politică. Forţa de acţiune din spatele mobilităţii sociale din Occident nu avea să fie educaţia, ci bogăţia. Nu statul, ci economia.

Acesta este un mod de a dărâma o lume aristocratică. Dar nu este singurul mod. Şi, considerând întreaga perioadă anterioară a istoriei umane ca fiind „tradiţională", ne împiedicăm singuri să vedem alte idei ca fiind ceva din care am putea învăţa.

Putem crea o nouă epocă, în care tot felul de idei globale să se trezească din nou la viaţă. Date fiind crizele personale şi sociale cu care suntem confruntaţi astăzi, aceste idei ar putea fi cele mai bune alegeri pe care le-am putea face.

Cum am văzut ideile asiatice

Unii dintre cei care citesc această carte ar putea fi de părere că ideile asiatice au revenit deja la viaţă în Occident. Budismul a devenit extraordinar de popular aici cu câteva decenii în urmă, aducând cu el tot felul de idei inspirate din budism: meditaţie, mindfulness, tabere de meditaţie. Mulţi dintre noi, cei din

INR02133TIV

Occident, am simţit mult timp senzaţia de gol - sentimentul că ideile noastre mari ne-au trădat. Am fost în căutarea altor abordări viabile, care să ne ajute să trăim o viaţă mai împlinită.
Dar există probleme semnificative în ceea ce priveşte modul în care a fost însuşit budismul astfel încât să se potrivească direct într-o mentalitate şi un model occidental. Budismul a atras iniţial pentru că părea să ofere un antidot împotriva ambiţiei şi lăcomiei noastre. Budismul şi Orientul erau idealizate şi considerate ca fiind la polul opus al Occidentului spoliator şi lacom. însă, în cea mai mare parte, budismul a fost înţeles greşit, adâncind şi mai mult unele dintre cele mai periculoase aspecte ale noţiunilor occidentale referitoare la sinele individual.
Să luăm, de exemplu, mindfulness. Se bazează pe conceptul detaşării şi al contemplării lumii şi a fiecărui moment fără să judeci, astfel încât să nu te mai deranjeze nimic. Se face o publicitate senzaţională conceptului de mindfulness, fiind considerat o tehnică populară pentru a dobândi pace şi seninătate în vieţile noastre agitate. Astăzi este chiar promovat ca instrument pentru productivitate şi eficienţă în şcolile de management, în corporaţii şi în armată.
Dar mindfulness avea scopul de a demonta şinele. Budismul este doctrina absenţei sinelui, iar practicile budiste, în general, au scopul de a elimina noţiunea existenţei oricărui fel de sine individual. Şi totuşi, multe dintre aceste aspecte ale budismului au fost abandonate, budismul fiind adesea denaturat, transformat într-un mod de a privi în tine şi de a îmbrăţişa şinele. A devenit o formă de autodezvoltare exotică: doctrina utilizată ca să ajute oamenii să se accepte într-o măsură mai mare.

Mai recent, au fost reinterpretate şi alte idei asiatice ca fiind ideologii coerente: să spunem daoismul sau chiar confucianismul. Au fost despuiate de puterea lor şi au fost reconstituite astfel încât să însemne oarecum a învăţa să accepţi lumea aşa cum este şi să accepţi locul pe care îl ai în cadrul ei.
Aceste interpretări idealiste reprezintă reversul felului în care Occidentul percepe Orientul ca fiind tradiţionalist şi înapoiat. în această versiune, Asia reprezintă înţelepciunea antică în ceea ce priveşte un mod mai informat, mai integrat, un mod ideal de a trăi. Cu toate acestea, dacă a te simţi mai bine înseamnă să accepţi adevăratul tău sine, să te armonizezi cu natura şi să trăieşti în pace cu lumea, viziunea aceasta este la un mic pas de încurajarea oamenilor să-şi accepte soarta şi de abordarea perspectivei tradiţionaliste conform căreia viaţa este predeterminată. Noi devenim mulţumiţi de noi înşine şi detaşaţi, renunţând la oportunitatea de cultivare de sine.
Am încorporat aceste noţiuni într-o perspectivă asupra lumii în care Occidentul stabileşte direcţia istoriei şi oferă obiectivul prin care vedem totul. Acest lucru ne împiedică să vedem lucrurile aşa cum sunt în realitate şi să le recunoaştem potenţialul măreţ. Aşa cum ne-au arătat filosofii
noştri, există multe moduri viabile diferite de a dărâma o lume în care totul este determinat de dreptul ereditar şi de a trece la o alta, în care oamenii pot înflori.
Opusul nechibzuinţei şi al complacerii nu este mindfulness. Este angajarea. Ideile pe care le-am schiţat în această carte sunt extraordinar de pragmatice, avându-şi rădăcinile în lumea de fiecare zi şi în viaţa noastră de fiecare zi. Fiecare dintre aceste texte a dezbătut modul

cel mai bun în care să renunţăm la pasivitate şi să schimbăm lumea în care trăim.

Promisiunea unei lumi fragmentate

Ştim deja multe lucruri despre care am învăţat în această carte. Practicăm deja aspecte ale acestora în vieţile noastre. Filosofii noştri chinezi ne dau posibilitatea de a numi şi percepe în mod conştient impulsuri şi comportamente pe care altădată le-am fi trecut cu vederea, considerându-le irelevante pentru că nu se încadrează în noţiunile noastre de acţiune şi sinceritate. Acestea ne arată că, atunci când considerăm că suntem activi, suntem de fapt pasivi; atunci când credem că suntem loiali nouă înşine, de fapt ne limităm propriile posibilităţi. Ne învaţă să recunoaştem că lumea este imprevizibilă şi că putem evolua trăind „ca-şi-cum”, nu căutând autenticitatea.

Toţi aceşti gânditori aveau puncte de vedere diferite în ceea ce priveşte modul în care poţi avea o viaţă bună. Ceea ce îi aduce împreună însă este opoziţia faţă de idei precum aceea că există un trecut imposibil de schimbat care ne leagă de mâini şi de picioare, o ordine unificată în cosmos la care ar trebui să aderăm, un set de legi raţionale pe care ar trebui să le urmăm şi doctrine etice care ne-au fost transmise şi pe care trebuie să le aplicăm.

Provocarea pe care o prezintă filosofii noştri este aceasta: Gândeşte-te cum ar fi viaţa ta dacă ai presupune că nici unul dintre aceste lucruri nu ar fi adevărat.

încercările noastre de a construi o lume coerentă, stabilă au luat numeroase forme. Pentru unii, ar putea fi vorba de un set de reguli etice universale, similare celui al mohiştilor. Sau poate că alţii urmează un cod kantian de legi raţionale şi morale, indiferent de circumstanţe. Sau poate că este vorba

despre credinţa într-un cosmos unificat, cu care unii dintre noi încearcă să se armonizeze. în cadrul găselniţei noastre celei mai recente, cel mai mare adevăr este întruchipat de şinele autentic, pe care trebuie să-l descoperim înăuntrul nostru.
Acum ştim că idei ca acestea existau într-o formă sau alta şi în China timpurie. Cu toate acestea, filosofii noştri vedeau lumea în mod foarte diferit. Considerau că trăim într-o lume fragmentată şi fracturată, în care oamenii se tratează reciproc în moduri mult prea omeneşti. Ne vedeau într- un conflict fără sfârşit şi în relaţii imperfecte.
Occidentalii tind să privească ritualul venerării strămoşilor şi să considere că acesta înseamnă că întotdeauna chinezii îi ascultau pe cei morţi şi trăiau în umbra lor. Gânditori cum ar fi Weber au privit ritualul prin prisma sincerităţii. Conform interpretării sale, cei care făceau ritualul credeau sincer că lumea era la fel de armonioasă precum o descria ritualul.
Dar, de fapt, participanţii la ritual ştiau perfect că acesta nu reflectă realitatea. Ştiau că trăiesc într-o lume fragmentată, dar exact din acest motiv aveau nevoie de ritual, pentru a le permite să se rupă de viaţa reală haotică şi să deruleze posibilităţi imaginative. Ritualul îi ajuta pe oameni să nu urmeze trecutul, ci să creeze un viitor diferit. Printr-un ritual ca-şi-cum, descendenţii lucrau cu fantomele care îi bântuiau şi creau o nouă versiune a trecutului. Acesta era un proces continuu. Strămoşii nu erau niciodată complet puşi la locul lor.
însă acesta este motivul pentru care ritualul era repetat iar şi iar. încet, în timp, apărea un progres. Prin acţiunile lor, cei vii spuneau: „Iată cum am putea să ne trăim vieţile, dacă am vedea trecutul astfel”. Şi, pe măsură ce

reconstituiau trecutul iar şi iar, chiar începeau să trăiască altfel.
Putem învăţa ceva şi din asta. încercările noastre de a ne apăra propria lume fracturată sunt inevitabil insuficiente sau chiar eşuează. Metaforic vorbind, fantomele - sau, mai literal, trecuturile noastre - ne bântuie cu intensităţi diferite. Dar, dacă trăim într-o lume frântă, bântuiţi de trecut - relaţiile noastre dificile, greutăţile de la muncă, pierderile, multele greşeli inevitabile -, trebuie să ne implicăm în echivalentul ritualului strămoşilor. Trebuie să ne cultivăm emoţiile cu alţi oameni, în mod repetat, pe măsură ce lucrăm la proiectarea unei lumi mai bune. Atunci când acceptăm cât suntem de limitaţi de trecut, de forţele negative dinăuntrul nostru şi de fragilitatea relaţiilor umane, propriile noastre relaţii au un potenţial nelimitat de a fi rafinate şi transformate. A ţine unii la alţii presupune o muncă grea. Presupune nesfârşită conştientizare, adaptare şi capacitate de răspuns. Dar este unul dintre cele mai importante şi pline de satisfacţii lucruri pe care le facem noi, fiinţele umane.
în această lume fracturată şi fragmentată, depinde de noi să generăm ordine. Noi suntem cei care construiesc şi structurează lumea - nu scăpând de emoţiile umane incomode, de haosul care suntem noi, ci începând exact de acolo. Şi facem aceasta prin cultivare de sine: folosind ritualurile pentru a îmbunătăţi modul în care relaţionăm cu cei din jurul nostru; cultivând energii în organismul nostru, astfel încât să putem trăi cu mai multă vitalitate; pregătindu-ne inima şi corpul astfel încât să ia deciziile zilnice într-un mod puternic diferit; şi rezistând tendinţei de a ne separa de experienţă, astfel încât să devenim constant receptivi la lucruri noi.

INR02133TIV

Procesul de construire a unei lumi mai bune nu se încheie niciodată, pentru că încercările noastre de a construi relaţii mai bune nu se termină niciodată. Dar, pe măsură ce învăţăm cum să ne îmbunătăţim relaţiile, învăţăm cum să modificăm situaţiile, şi prin aceasta, să creăm un număr infinit de noi lumi. Ne vom deschide către posibilităţile oferite de aceste idei filosofice care arată calea către o viaţă bună.

Dacă lumea este fragmentată, atunci ne oferă toate oportunităţile de a construi lucrurile de la zero. începem cu cele mai mici lucruri din viaţa noastră de zi cu zi, pornind de la care schimbăm totul. Dacă începem din acel punct, atunci totul depinde de noi.

Mulţumiri

în primul rând, dorim să le mulţumim miilor de studenţi cărora Michael a avut privilegiul de a le preda în cursul anilor. Curiozitatea şi pasiunea lor intelectuală pentru idei au fost o sursă constantă de inspiraţie pentru el.

Suntem recunoscători agentului nostru, Gillian MacKenzie, pentru că a văzut un mare potenţial într-o carte despre filosofía chineză; editorului nostru, Jonathan Karp, pentru că a susţinut acest proiect cu atât de multă căldură; redactorului nostru, Priscilla Painton, pentru adnotările pertinente şi entuziasmul neobosit; Sophiei Jimenez, pentru susţinerea şi ajutorul extrem de competente; lui Phil Metcalf, pentru revizuirea impecabilă; şi echipei fantastice de publicitate şi marketing Simon & Schuster: Cary Goldstein, Richard Rohrer şi Dana Trocker. Suntem cât se poate de recunoscători minunatelor Allison Devereux şi Kirsten Wolf pentru ajutorul lor. Adresăm mulţumiri din inimă următoarelor persoane: Camilla Ferrier, Jessica Woollard, Jemma McDonagh şi

Georgina Le Grice, de la Marsh Agency, şi tuturor editorilor care publică în străinătate cartea cu entuziasm.
De asemenea, ne exprimăm aprecierea specială faţă de Daniel Crewe de la Viking UK, care nu şi-a precupeţit timpul şi ne-a oferit comentarii şi sugestii editoriale inestimabile. Mulţumim cu recunoştinţă şi următorilor: Samuel Douglas, Jennifer Margulis şi Laura Simeón, care au făcut comentarii atât de perspicace asupra primelor proiecte ale acestei cărţi, şi lui Jen Guidera, Roland Lamb, Elizabeth Malkin, Adam Mitchell, Katherine Ozment şi Jeannie Suk pentru susţinerea lor.
Mulţumiri deosebite adresăm familiilor noastre; fără răbdarea şi susţinerea lor, această carte nu ar fi putut fi scrisă.
în cele din urmă, cu multă recunoştinţă ne mulţumim unul celuilalt. A fost o colaborare adevărată: discuţiile despre filosofi s-au născut la cursurile lui Michael, în timp ce Christine a adăugat exemple din vremurile moderne şi a scris despre ideile acestor gânditori pentru un public contemporan. Rezultatul este o carte care depăşeşte cu mult ceea ce oricare dintre noi ar fi putut face de unul singur

.Resurse Şi lecturi suplimentare

Pentru a citi pasaje relevante în engleză din lucrările originale de filosofie chineză, a se vedea e-book-ul nostru gratuit: Confucius, Mencius, Lao Zi, Zhuangzi, Xunzi: Selected

Passages, disponibilă pe Kindle, Nook şi iBook Store.
Notă: multe dintre textele discutate în cartea de faţă sunt considerate a fi fost create în cursul unor perioade lungi şi compilate în moduri diferite de editori diferiţi. Cu toate acestea, de-a lungul istoriei, acestea au fost citite şi discutate ca texte coerente reprezentând ideile filosofului în cauză, şi, în vederea facilitării lecturii, continuăm acea tradiţie, folosind numele principalilor filosofi; de exemplu, în loc să scriem „Textul lucrării Mencius spune", scriem „Mencius spune".
O excelentă antologie a majorităţii filosofilor pe care i-am discutat poate fi găsită în Philip J. Ivanhoeand Bryan W. Van Norden, eds., Readings în Classical Chinese Philosophy (Indianapolis: Hackett, 2005).
Pentru traduceri integrale***, vă sugerăm:
-Burton Watson, trans., The Complete Works of Zhuangzi (Translations from the Assian Classics) (New York: Columbia University Press, 2013).
-D.C. Lau, trans., The Analects (New York: Penguin Books, 1979).
-Mencius (New York: Penguin Books, 2005).
-Tao Te Ching (de Lao Tzu) (New York: Penguin Books, 1985).
-Harold D. Roth, Original Tao: Inward Training (Nei-yeh) and the Foundations of Taoist Mysticism (Translations from the Assian Classics) (New York: Columbia University Press, 2004).

Epoca fílosofíei

Pentru lecturi suplimentare:
-Jared Diamond, Guns, Germs, and Steel: The Fates of Human Societies (New York: W.W. Norton, 2005).
-Ian Morris, Why the West Rules - for Now: The Patterns of History, and What They Reveal

About the Future (New York: Farrar, Straus and Giroux, 2010).

Confucius

Despre „ca-şi-cum" dintr-o perspectivă filosofică mai largă, a se vedea:

-Hans Vaihinger, The Philosophy of „As if: A System of the Theoretical, Practical and Religious Fictions of Mankind, tradusă de C.K. Ogden, a Il-a ediţie (New York: Harcourt, Brace and Company, 1935).

-Adam B. Seligman, Robert P. Weiler, Michael J. Puett, and Bennett Simon, Ritual and Its Consequences: An Essay on the Limits of Sincerity (New York: Oxford University Press, 2008).

Despre istoria lui „te rog" şi „mulţumesc":

-David Graeber, Debt: The First 5 000 Years (Brooklyn, NY: Melville House, 2011).

Lao Zi

Despre Lincoln:

-Garry Wills, Lincoln at Gettysburg: The Words That Remade America (New York: Simon & Schuster, 1992).

Despre salutul prezidenţial:

-Garry Wills, Bomb Power: The Modern Presidency and the National Security State (New York: Penguin Books, 2010).

Educaţia interioară

Despre divinizarea de sine:

-Michael J. Puett, To Become a God: Cosmology, Sacrifice, and Self- Divinization în Early China (Cambridge, MA: Harvard University Asia Center, 2002).

Zhuangzi

Despre flux:

-Mihaly Csikszentmihalyi, Flow: The Psychology of Optimal Experience (New York: Harper & Row, 1990).

Xunzi

Despre spălatul pe mâini:

-Sherwin B. Nuland, The Doctors' Plague: Germs, Childbed Fever, and the Strange Story

of Ignac Semmelweis (New York: WW. Norton, 2003).

Autorii se referă la traducerile în limba engleză; din acest motiv, păstrăm titlurile originale ale respectivelor traduceri, (n.tr.)

***

***